

상징과 모래놀이치료, 제14권 제3호  
*Journal of Symbols & Sandplay Therapy*  
2023, 12, Vol. 14, No. 3, 43-96.  
doi <https://doi.org/10.12964/jsst.23010>

## 불안정 애착 모의 모래놀이 치료 경험과 가족원이 지각한 변화에 대한 사례연구

A Case Study of Sandplay Therapy for a Mother with Insecure Attachment  
and the Impact on Family Members

김 보 경  
Bokyoung Kim

조 혜 영  
Hyeyoung Jo

김 혜 원  
Hyeweon Kim

The English full text is right after the Korean one.



## 불안정 애착 모의 모래놀이 치료 경험과 가족원이 지각한 변화에 대한 사례연구\*

### A Case Study of Sandplay Therapy for a Mother with Insecure Attachment and the Impact on Family Members

김 보 경\*\*  
Bokyoung Kim

조 혜 영\*\*\*  
Hyeyoung Jo

김 혜 원\*\*\*\*  
Hyeweon Kim

#### <Abstract>

The purpose of this study was to investigate the changes in a mother's attachment and emotional control resulting from Sandplay Therapy in cases of insecure adult attachment. Additionally, the study aimed to examine the changes in family perception and attachment to the mother's changes. One mother with a highinsecure adult attachment score and her family were selected as subjects for this study. Attachment scales, emotional control scales, sentence completion tests (SCTs), and interviews were conducted before and after the therapy to study the subjects' changes in attachment and emotional control, as well as the changes perceived by family members. The mother then underwent 12 sessions of Sandplay Therapy. The results showed that: After Sandplay Therapy, the mother's attachment and emotional control demonstrated positive changes. The mother's changes through Sandplay Therapy contributed to the improvement of the family's positive perception and attachment level. The sandplay box underwent a process of individualization, leading to self-realization. In conclusion, Sandplay Therapy helps stabilize the attachment and emotion of insecure attachment mothers, and the changes in mothers have a positive impact on the perception and attachment of family members. A follow-up study, it is necessary to expand the number of study subjects by attachment type.

*Key words : Sandplay Therapy, attachment, emotional control, insecure adult attachment*

\* 이 논문은 2022학년도 공주교육대학교 석사학위 논문의 일부임.

\*\* 주저자, 해나제나심리상담센터 상담사

\*\*\* 공동저자, 공주교육대학교 교육대학원, 아동청소년교육 · 상담전공 교수

\*\*\*\* 교신저자, 공주교육대학교 교육대학원, 아동청소년교육 · 상담전공 부교수 (wisdom77@gjue.ac.kr)



Copyright ©2023, Korean Society for Sandplay Therapy.

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

## I. 서론

최근 한 TV 프로그램에서 문제를 경험하고 있는 아이를 지칭하기 위해 이름 대신 사용한 “금쪽이”라는 단어가 대중들에게도 낯설지 않은 용어로 들릴 만큼 심리상담이나 부모-자녀 관계에 대한 개입이 대중의 관심을 받고 있다. 방송을 통해 다양한 문제행동을 보이는 아이들의 변화를 위해 전문가들이 개입하는 과정을 살펴보다 보면 아이의 문제가 부모의 양육행동과 밀접한 관련을 보이며, 또 부모가 양육행동에서 보이는 어려움은 부모의 원가족 경험과도 연결되어 있는 경우가 많다는 것을 인식하게 된다. 물론 방송에 출연한 모든 금쪽이들의 문제를 이 틀로 해석할 수 있는 것은 아니다. 그러나 부모가 원가족에서 맺은 관계 경험이 현재 가족에서 자녀와의 관계에 밀접하게 영향을 준다는 것은 Bowen의 다세대전수이론을 비롯한 가족상담의 여러 이론에서도 다루고 있으며, 특히 이는 Bowlby를 비롯한 애착이론에서 강조하는 바이기도 하다.

애착은 초기 아동기에 형성된 주 양육자와의 정서적 유대관계(Bowlby, 1958)로 고정적 속성을 지닌다. 아동기 애착은 개인의 안정된 성향으로 한 명 또는 여러 명의 특정한 개인에게 접근하고 접촉하여 신체적·심리적 안정감을 얻기 위해 실질적인 노력을 기울이는 성인의 성인애착으로 이어진다(Sperling & Berman, 1994). 이에 Van IJzendoorn(1995)은 성인의 많은 심리적 문제는 애착에서 비롯되고 아동의 문제 또한 부모의 애착과 관련되어 정서 및 대인관계 등 생애 전반에 영향을 미친다고 하였다. 결국 초기의 애착경험은 성인애착의 기반이 되어 애착의 질과 내적작동모델을 형성하고 이는 안정 성인애착과 불안정 성인애착이라는 결과로 나타난다. 따라서 안정 성인애착을 지닌 경우, 자신에 대한 믿음과 긍정적 인식을 바탕으로 타인과 안정된 관계를 맺는다. 그러나 불안정 성인애착을 지닌 경우, 고통과 스트레스 상황에서 부적응적 전략과 경험 회피 방식을 사용함으로써 정서조절의 어려움과 우울과 불안 등의 심리적 고통을 경험한다. 불안정 성인애착은 대부분 위협에 대한 위험신호가 활성화되어 방어적으로 주의를 제한하게 되어 자신의 경험을 살펴보고 성찰하는 능력이 손상되어 있다(Fonagy et al., 1995). 특히, 성찰적 기능은 통찰과 공감하는 능력과 밀접하게 관련되어 있어 불안정 성인애착을 지닌 이들이 어머니가 되면 정서조절의 곤란으로 자녀에게 공감적 이해와 심리적 가용성을 제공하지 못하게 된다. 결국 자녀의 의도를 담아내는 능력이 부족하게 되어 자녀의 정서적 반영과 심리적 고통 담아내기에 실패하게 되는 것이다(David, 2007/2021).

더욱이 부모의 정서 반응을 답습한 무의식적 행동은 세대 간 전이되어 자녀의 정서와 상황에 적절하게 반응하는 것을 방해한다. 자녀의 상황과 정서에 대한 부적절한 반응은 결과적으로 자녀에 대한 죄책감과 부모 역할에 대한 효능감 저하, 비밀관적인 양육태도를 갖게 한다. 그러나 다행스럽게도 애착의 내적작동모델이 불변하는 것은 아니며, 어머니의 성찰적

기능은 자녀와의 안정적 애착을 형성하게 하고, 애착의 세대 간 전수를 중재하는 기능을 한다(Fonagy et al., 1995). 정신분석적 접근에서도 어머니의 통찰을 교정적 애착 경험의 결정적 중재 요인이라고 보았다(Fraiberg, 1980). 실질적으로 손정민(2014)은 어린 시절 부모와 부정적 관계를 경험하였음에도 성인기에 안정애착으로 분류되는 ‘획득된 안정애착(earned secure attachment)’ 비율을 22.7%로 보고하였다.

다만 최초의 애착 패턴은 언어 습득 이전에 뿌리를 두고 있으므로 애착 패턴의 변화를 위해서는 의식하지 못한 시기의 부정되고 분열된 경험까지 고려할 필요가 있으며, 치료에서는 비언어적 측면까지 조율하는 것이 요구된다. 이러한 치료적 특성을 포함하는 것이 바로 모래놀이 치료다. 모래놀이 치료는 언어화하기 어려운 무의식의 세계를 상징물을 통해 형상화하면서 무의식을 의식화하게 하고, 내담자의 심리적 변용이 일어나며 내적 치유와 자기 통합(self integration)을 이루어간다(심희옥, 2007; 이진숙 외, 2012). 모래놀이는 내면의 문제와 상처를 안전하게 표현하고(河合隼雄 & 中村雄二郎, 1969/1994; Carey, 1999/2002; Lowenfeld, 1939), 무의식의 중심인 자기를 드러내는 과정에서 내면의 세계를 만들며(Boik & Goodwin, 2000), 언어 상담보다 내담자의 지각과 통찰을 빠르게 끌어낸다(송영혜, 이정자, 2007). 즉 모래놀이 치료는 잠재된 무의식의 욕구를 표현하여 의식화하는 통찰의 경험(Kalff, 1966)과 경험에 대한 성찰을 가능케 한다(Boik & Goodwin, 2000; Kalff, 1966).

Kalff(2003)는 모래놀이에서 정신의 모권적 수준이 활성화된다는 점을 인식하고 치유를 위해서는 정신이 초기 발달 수준으로 돌아가야 함을 강조하였다. 모래놀이는 자유롭고 보호된 공간에서 핵심적으로 필요한 초기 발달의 행동적 활성화 체계에 직접 접근함으로써 성인 내담자의 초기 발달적 손상과 결핍으로 인한 정신적 와해의 교정 수단을 제공한다(Turner, 2005/2021). 내담자는 모자 일체성 안에서 이루어지는 모래놀이를 통해 인간 정신의 전체성에 접근하게 되고, 개성화(individuation) 과정을 거쳐 성숙한 자아가 자기와 축을 연결할 수 있게 되며, 궁극적으로 통합하는 과정에 이르게 된다(이부영, 2021). 이때 모래상자는 내담자의 내면으로 들어가는 입구가 되고, 모래놀이 치료의 안정적이고 보호받는 공간적 특성과 손으로 접촉하는 모래의 물질적 특성은 내면의 최초 감각의 근원으로 가는 실마리를 찾게 한다(김보애, 2017). 손을 통해 드러나는 내적 에너지의 표현과 창조적 변환과정은 분석심리학에서의 정신적 변환과도 같다(구세경, 한유진, 2018). 모래놀이의 치료과정을 통해서 개인의 전(全)인격화 과정의 단계들이 나타나는 것이다(Ammann, 2001/2009).

애착문제를 경험하는 사례에 모래놀이 치료를 적용하여 효과를 검증한 선행연구들을 살펴보면 먼저 이정운(2017)은 모래놀이 치료가 불안정 성인애착을 지닌 어머니들의 부정적 경험을 탐색하도록 돕고, 다른 시각에서 문제를 들여다보는 성찰적 기능을 촉진하여 어머니들의 양육 경험의 추구하고 내적 경험의 수용에 효과적이라고 하였다. 또한 장경희(2018)는 애착 문제로 인해 정서적 취약성을 가진 어머니가 모래놀이 치료를 통해 모자 일체감 안에

서 안정애착으로 신뢰를 회복한다고 보고하였다. 그 외에 서영주(2014)의 연구에서는 불안정 성인애착 어머니의 정서조절에 모래놀이가 효과가 있음을 확인하였고, 아동을 대상으로 한 모래놀이와 애착 연구(곽선경, 2021; 권미선, 2010; 김미경, 2007), 양육 스트레스와 부모 성찰에 모래놀이가 효과적이라는 연구(김미정, 2006; 주희영, 2021) 등에서 공통적으로 모래놀이 치료가 애착과 정서조절, 양육 문제에 있어 효과적이라는 것을 지지하고 있다. 그러므로 모래놀이 치료는 내면의 상처와 과거 경험을 재구조화하고 내담자의 성찰적 기능을 향상시켜 불안정 성인애착으로 인한 어려움의 굴레를 벗어나도록 돕는 적절한 치료적 개입이 될 수 있다.

그런데 그동안 이루어진 다수의 선행연구들을 살펴보면 주로 애착 및 이와 관련된 변인들이 모래놀이 치료를 통해 어떻게 달라지는지를 살펴보거나 혹은 모래놀이 치료 프로그램을 개발하는 것에 연구의 초점이 맞추어져 있다(서영주, 2014; 최윤영, 2015; 한송희, 2016). 사실 애착은 관계를 통해 형성되며, 자신과 가족, 대인관계가 모두 그 영향의 범위에 포함되어 있다. 따라서 내담자만이 아닌, 내담자와 관계를 맺는 중요한 사람들과의 역동 안에서 애착 변화를 살펴보아야 한다. 특히 불안정 성인애착을 연구하는 데 있어서 애착의 세대 간 전이를 고려하여 내담자를 중심으로 원가족과 자녀의 애착 변화와 정서조절, 양육 상황, 내담자가 겪는 일상 전반에 걸친 어려움을 이해하는 것이 중요하다. 실질적으로 상담 성과를 다룰 때, 내담자 주변의 중요 인물들의 보고가 중요한 자료가 된다(이수현, 최인화, 2020). 이에 본 연구에서는 임상 실무자들이 애착 문제로 어려움을 겪는 내담자들에게 모래놀이 치료를 적용하는 것에 대한 실증적 근거를 바탕으로 애착 손상으로 어려움을 겪는 어머니의 모래놀이 치료 경험뿐 아니라 가족원들까지 연구대상에 포함하여 가족원이 경험하고 지각하는 어머니의 변화를 사례연구에 기반하여 살펴보고, 모래상자의 흐름을 응의 생성과 과정을 통해 분석하고자 하였다. 이를 위한 구체적인 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 모래놀이 치료를 경험한 불안정 성인애착 어머니의 변화는 어떠한가?

둘째, 어머니의 모래놀이 치료에 따른 가족원의 변화는 어떠한가?

셋째, 불안정 성인애착 어머니의 모래놀이 상자 변화는 어떠한가?

## II. 연구방법

### 1. 연구 참여자

본 연구에서는 2021년 12월 7일부터 2021년 12월 13일까지 인터넷 맘 카페 2곳과 C시의 M 상담센터 방문자를 대상으로 모집 공고를 올려 연구 참여자를 모집하였다. 연구 참여자

의 선정 기준은 다음과 같다. 첫째, 모래놀이 치료에 관심이 있고 이전 모래놀이 치료 경험이 없다. 둘째, 원가족과의 문제로 지금까지 정서적 어려움을 느끼고 있다. 셋째, 초등생 이상의 자녀가 있으며 모래놀이 치료 전과 후로 가족원 면담 및 검사가 가능하다. 넷째, 성인 애착 척도에서 불안정 성인애착 점수가 높다. 본 연구에 참여 의사를 밝힌 연구 대상자는 총 23명이었으며, 연구 방법 및 절차에 동의하고 첫째, 둘째, 셋째 선정 기준을 만족하는 대상은 10명이었다. 본 연구에서는 그중 성인 애착척도에서 불안정 성인애착 점수가 가장 높은 1명의 어머니와 그 가정으로 선정하였다. 연구 참여자에 대한 정보는 모래놀이 치료 과정과 사전·사후 검사 및 인터뷰를 통해 수집하였으며, 연구 참여자의 특성은 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구 참여자 특성

순번	참여자	성별	연령	직업	특이사항
1	불안정 성인애착 어머니(내담자)	여	40	사무직	모래놀이 치료 대상자 가슴 두근거림과 두통으로 8년 전 한의원 상담 1회 받고 좋아짐
2	내담자의 배우자	남	38	현장직	근무 중 다쳐 휴직 중 아내에 대한 염려와 육아 고민
3	내담자의 자녀	여	8	초1	최근 ADHD 진단 받음

## 2. 측정 도구

### 1) 성인애착 척도

불안정 애착을 가진 연구 대상자를 선정하고, 연구 대상자의 성인애착을 측정하기 위하여 Brennan 등(1998)이 개발한 친밀관계경험 검사(ECR)를 Fraley, Waller와 Brennan(2000)이 문항반응이론을 중심으로 친밀관계경험 검사 개정판(ECR-R)으로 개정한 것을 김성현(2004)이 한국어로 번안하고 확증적 요인분석을 통해 타당화한 척도를 사용하였다. ECR-R은 18개의 불안 하위척도와 18개의 회피 하위척도로 구성된 총 36개의 문항으로 이루어지며, 불안과 회피의 두 가지 요인을 측정할 수 있다. 각 문항은 Likert 방식의 7점 척도로 평정하게 되어 있으며, 역채점을 반영하여 총점이 높을수록 해당 영역의 애착 성향이 높다는 것을 의미한다. 선행연구에서의 Cronbach's  $\alpha$  값은 .84~.91이다(김성현, 2004; 김혜원, 2014). 또한 김수정(2010)의 채점표에 따른 분류에서는 회피점수가 55점 이상일 경우 불안정 회피애착, 불안점수가 60점 이상일 경우 불안정 양가애착, 회피점수와 불안점수가 각각 55점, 60점 이상인 경우 불안정 혼란애착이라고 하였다.

## 2) 부모 애착 척도

자녀의 어머니에 대한 애착을 측정하기 위해 10~20세를 대상으로 Armsden과 Greenberg (1987)가 개발하고 제작한 부모 및 또래 애착 척도(IPPA)를 수정하여 개정된 IPPA-R을 옥정 (1998)이 부와 모의 애착을 분리하여 측정할 수 있도록 번안하여 수정·보완한 척도를 사용하였다. IPPA-R은 총 25문항으로 상호신뢰(10문항), 의사소통의 질(9문항), 소외(6문항)의 3가지 하위 차원 영역으로 구성되고, 각 문항은 Likert 방식의 5점 척도로 평정하며, 역채점을 반영하여 총점이 높을수록 안정적으로 애착이 형성되었음을 의미한다. 선행연구에서의 Cronbach's  $\alpha$  값은 .94이다(김나영, 2021).

## 3) 정서조절곤란 척도

모래놀이 치료가 불안정 성인애착 어머니의 정서조절에 어떠한 변화를 주는지 살펴보기 위하여 Gratz와 Roener(2004)가 개발하고 조용래(2007)가 번안하여 요인구조, 신뢰도와 타당화를 검증한 한국판 정서조절곤란 척도(K-DERS)를 사용하였다. K-DERS는 총 35문항이며, 충동 통제 곤란(7문항), 정서에 대한 주의와 자각 부족(8문항), 정서에 대한 비수용성(7문항), 정서적 명료성의 부족(3문항), 정서조절 전략에 대한 접근 제한(6문항), 목표지향 행동의 어려움(4문항)의 6개 하위 차원 영역으로 구성된다. 각 문항은 Likert 방식의 5점 척도로 평정하며, 역채점을 반영하여 총점이 높을수록 정서조절에 어려움이 있다는 것을 의미한다. 선행연구에서 정서조절곤란 척도의 Cronbach's  $\alpha$  값은 .94이다(김혜원, 2014).

## 4) 문장완성검사(Sentence Completion Test:SCT)

연구 대상자의 사전과 사후의 인식 및 정서 변화를 살펴보기 위하여 SCT검사를 사용하였다. 본 연구에서는 대상에 맞춰 성인용과 아동용을 구분하여 사용하였고, 문장완성검사 자체를 독자적으로 해석하기보다는 연구의 과정 안에 표현된 내담자의 내러티브 사이의 연결점을 찾고 의미와 변화를 이해하는 자료로 활용하였다.

# 3. 자료수집

## 1) 사전검사

모래놀이 치료 전에 어머니에게는 애착척도, 정서조절곤란 척도와 SCT검사, 인터뷰를 시행하고, 가족원에게는 애착척도, SCT검사, 인터뷰를 실시하였다.

## 2) 모래놀이치료 실시

2021년 12월 21일부터 2022년 3월 18일까지 불안정 성인애착 어머니를 대상으로 모래놀이

이 치료를 주 1회, 1시간씩, 총 12회기 실시하였다. 이 중 11개의 모래상자를 만들고 6번째 회기는 내담자의 요청으로 언어 상담으로 진행하였다. 모래놀이 치료는 모래상자의 안전한 환경에서 은유적 표현을 통해 내면의 숨겨진 문제를 표현하고 인식하며 의미를 확충한다 (Linda & Daniel, 2007). 따라서 회기 별 상담은 일주일 동안의 일상 나누기 후 모래상자를 자유롭게 꾸미고 모래상자의 제목과 내용, 느낌을 언어로 표현하는 것으로 이루어졌다. 본 연구는 참여자의 윤리적 측면을 보호하기 위해 면접 시작 전에 연구의 목적과 방법을 설명하고 동의를 얻었으며, 이를 연구 참여 동의서로 문서화 하여 서명을 받은 후 연구를 진행하였다. 모든 회기는 내담자의 모래놀이 변화를 확인하기 위해 매 회기 후 사진으로 모래상자를 촬영하여 분석하고 상담 내용을 기록하였다. 또한 질적 분석의 자료 수집을 위하여 상담을 모두 녹취하여 축어록을 만들어 분석하였다.

### 3) 사후검사

모래놀이 치료 후에 사전검사와 동일하게 어머니에게는 애착척도, 정서조절곤란 척도와 SCT검사, 인터뷰를 시행하고, 가족원에게는 애착척도, SCT검사, 인터뷰를 실시하였다.

## 4. 자료분석

본 연구는 불안정 성인애착 어머니를 대상으로 한 모래놀이 치료에 대한 사례연구이다. 연구는 2021년 12월 21일부터 2022년 3월 18일까지 주 1회, 1시간씩, 총 12회기로 이루어졌고 언어상담 1회(6회기)와 총 11개의 모래상자를 분석하여 모래놀이 치료과정을 통한 내담자의 애착변화와 정서변화의 측면을 심층적으로 살펴보고자 하였다.

사례연구는 사례가 가진 복잡성을 충분히 이해하고 이에 대한 의미를 고찰하는데 가장 적합한 방법이며, 단일한 사례가 특정 상황 안에서 갖는 복잡성과 특수성을 포함하는 행위에 대한 이해이자(Stake, 1995), 특정 사례에 대하여 심도 있는 이해와 탐색이 필요한 경우에 적절하다(Creswell, 2015). 이 과정을 통해 연구 참여자로부터 얻은 다양한 정보를 토대로 구체적인 정보를 인식할 수 있다(성태제, 2020).

그러나 사례연구는 연구자 스스로가 자료를 수집하는 과정에서 객관성, 신뢰성, 타당성 확보가 어렵다는 단점이 있으므로 최대한 다양한 방법으로 많은 자료를 수집하여 다양한 관점을 가지고 종합하고 분석하여야 한다(Yin, 2013). 따라서 본 연구에서는 사례연구가 가진 한계점을 보완하고 연구의 타당성과 신뢰성을 확보하기 위하여 첫째, 불안정 성인애착을 가진 어머니와 12회기의 모래놀이 치료 외에도 사전검사와 사후검사(애착척도, 정서조절척도, SCT), 인터뷰를 시행하였다. 둘째, 모래놀이 치료 대상자와 그 배우자, 자녀에게도 사전, 사후검사와 인터뷰를 실시하여 종합·분석하였다. 셋째, 매 회기별 모래상자를 사진으

로 촬영하여 실증적 자료를 확보하였다. 넷째, 전 과정은 녹취한 후 전사 작업을 토대로 모래상자의 사진, 상담기록과 비교·분석하였다. 다섯째, 모래상자에 대한 회기 과정 및 변화 과정, 분석과 해석이 적절히 이루어졌는지를 확인하기 위해 모래놀이치료 전문가로부터 슈퍼비전을 받아 그 내용을 활용하였다.

자료분석은 Yin(2013)이 제시한 절차를 따라 진행하였고, 1단계는 전체를 인식하는 단계이다. 각 회기의 기록과 전사자료, 사진을 반복적으로 읽으면 전체의 흐름을 파악하였다. 2단계는 주제 인식의 단계로 회기 내 주제 변화를 인식하였고 다각적 해석을 위해 여러 문헌을 참고하여 실제 과정의 변화를 파악하고자 하였다. 3단계는 각 회기의 주제 분석과 공통된 주제 분류의 단계로 학문적 통찰을 통해 각 회기의 의미를 탐구하고 공통 주제를 분류하였다. Turner의 내용주제의 관점과 이야기 속의 이미지와 관련된 상징의 분석과 심리적 속성의 해석(이영주, 이정숙 2019), Jung의 적극적 상상을 활용하였다. 4단계는 도출된 주제를 모래상자의 상징적 변화와 구조적으로 통합하였다. 이를 토대로 상담을 상담초기, 상담중기, 상담후기로 구분하였고 각 단계의 변화는 개성과 과정과 맞닿아 있음을 발견하게 되었다. 따라서 상담초기를 그림자와의 만남, 상담중기를 아니무스와의 만남, 상담후기를 자기원형과의 만남으로 나누어 분석하였으며 이를 통해 불안정 애착으로 어려움을 겪는 내담자의 내면과 자기실현에 이르는 과정에 대해 살펴보려고 하였다.

### III. 사례개요

#### 1. 연구대상자의 특징 및 주호소 문제

내담자는 40세의 여성으로 정서조절 문제와 신체화 증상(가슴 두근거림, 두통), 양육의 어려움을 호소하였다. 아이의 문제가 자신 때문인 것 같고, 아이에게 집착하는 면(위치를 계속 확인, 신체 확인)이 있다. 아이의 문제해결에 도움을 주고자 대화를 하다가도 어떻게 도와주어야 할지 몰라 막막함이 느껴지고 눈물이 자주 난다고 호소하였다. 상담 중에도 종종 눈물을 흘리는 모습과 숨이나 말을 참는 등의 행동이 관찰되었다. 내담자는 어려서 폭력적인 아버지와 무기력한 어머니 사이에서 불안정 애착을 형성하고 자신과 동생, 어머니를 지키기 위해 부모화 된 자녀로 성장한 것으로 파악된다. 지금의 남편을 만나 정서적인 안정감을 경험하였으나 임신부터 출생 후 3년까지 자녀의 신체적 문제와 결혼 이후에도 지속된 아버지의 폭력으로 인한 부모의 이혼을 겪었다. 내담자는 자녀의 건강이 회복되고 원가족 부모의 이혼으로 환경적으로 안정된 듯한 시기에도 항상 이 평화가 깨질 것 같다는 두려움을 느꼈고, 모든 문제가 자신 때문이라는 사고를 보였다.

## 2. 치료적 접근

내담자는 사전에 실시한 성인애착 검사 결과상 애착불안과 애착회피가 모두 높은 불안정 성인애착 유형으로 구분되었다. 부모화된 자녀로 성장한 내담자는 자신을 억누르고 희생하는 방식으로 관계를 유지해왔을 가능성이 있으며, 관계에서 생기는 문제에 대해서는 회피하는 방식을 사용해왔을 것으로 예상된다. 내담자는 3세까지 생명의 위기에 놓인 자녀를 키우며 자녀와 자신을 동일시하게 되고, 자녀의 자율성을 드러내는 행동을 통제하고 이에 집착하는 형태로 자신의 불안을 방어해온 것으로 보인다. 여성 이마고나 부정적 모성 콤플렉스로 인한 상처받은 어머니는 자녀들에게 자발적으로 반응하지 못한다(von Franz, 1972). 내방 당시 자녀에 대한 부정적 피드백과 남편의 건강 이슈 및 자매로부터 공감받지 못하는 경험이 가중되며 정서적·신체적 한계에 봉착한 것으로 보인다. 이에 내담자는 신체적 증상과 더불어 우울감과 무기력, 혼란스러운 감정 등을 보이며 정서조절의 곤란을 호소하고 있다. 불안정 애착의 경우 감정이 억압으로 인해 자신의 감정을 명료하게 인식하지 못하고 과장된 정서를 보이는 경향이 있으며, 불안정 애착 성인의 방어 전략은 성찰적 기능의 발달을 저해시키게 된다(김수정, 2010). 내담자는 불안정 애착이 보이는 정서조절의 어려움과 부모로부터 물려받은 부정적 내적 작동모델이 자녀와의 관계에까지 영향을 주고 있는 것으로 보인다. 따라서 치료적 접근으로 모래놀이를 통해 어머니의 성찰적 기능을 향상하여 내담자의 정서조절의 어려움과 자녀와의 문제를 중재하고 안정애착으로의 변화를 돕는 것에 초점을 두었다.

## IV. 모래놀이 치료과정 및 연구결과

### 1. 모래놀이 치료를 경험한 어머니의 변화

#### 1) 불안정 애착과 정서조절 곤란에서의 변화

모래놀이 치료가 불안정 애착 어머니의 애착과 정서조절에 어떠한 변화를 주었는지 살펴보기 위한 사전과 사후검사 결과는 <표 2>와 같다. 어머니의 불안정 애착과 정서조절 곤란의 모든 하위영역에서의 점수가 낮아진 것을 확인할 수 있으며, 모래놀이 치료를 통해 어머니의 불안정 애착 수준과 정서조절의 어려움이 감소하였음을 알 수 있다. 특히 애착점수에서의 변화는 김수정(2010)의 채점표에 따르면 불안정혼란애착에서 안정애착으로 변화하였음을 알 수 있다.

〈표 2〉 어머니의 애착, 정서조절곤란 사전·사후 변화

구분	하위영역	사전	사후	차이(사전-사후)
불안정 성인애착	애착불안	107	54	▽53
	애착회피	75	38	▽37
불안정 성인애착 합계		182	92	▽90
정서조절 곤란	충동통제곤란	32	13	▽19
	정서에 대한 주의·자각부족	28	13	▽15
	정서에 대한 비수용성	31	22	▽9
	정서적 명료성 부족	13	6	▽7
	정서조절 전략 접근 제한	27	11	▽16
	목표지향 행동 수행 어려움	16	5	▽11
정서조절곤란 합계		147	70	▽77

## 2) SCT 검사 상의 변화

모래놀이 치료 사전과 사후에 실시한 어머니의 SCT를 비교하여 변화를 분석한 결과는 <표 3>과 같고, 이를 통해 모래놀이 치료가 내담자의 내적 변화에 긍정적 영향을 주었음을 알 수 있다.

## 3) 내담자의 행동 변화

내담자는 첫 만남부터 눈물을 참지 못하는 모습이 관찰되고 자녀의 위치와 신체를 강박적으로 확인하여 불안을 조절하려는 행동 방략을 사용하였다. 또한 자녀와의 갈등과 훈육 상황에 감정적으로 대처함으로써 문제를 악화시키고 있었다. 이러한 내담자의 모습은 자아와 타인에 대한 왜곡된 시각으로 정서적 조절이 어려운 불안정 애착의 모습과도 일치한다 (Sigel, 2001). 그러나 모래놀이 치료를 진행하면서 내담자는 점차 표정이 밝아지고 감정을 조절하며 현실적 대처방법을 사용하는 등 긍정적인 모습으로 변화하였다. 그리고 점차 자신과 타인의 감정을 구분하고 불안을 통제하는 것이 가능해졌다(“아이가 옆에 없어도 아무 일도 일어나지 않아요.”). 특히 정서의 조절은 신체적 접촉을 불편해하고 아이의 정서적 반응을 담아내지 못하던 이전 어머니의 모습에서 벗어나 아이와 접촉하게 되면서 애착의 세대 간 전이를 차단하는 변화를 가져오게 되었다(“아이가 먼저 요구하거나 화를 낼 때 화가 머리끝까지 올라올 때가 있었는데 이젠 한발 물러서서 생각해요.”).

〈표 3〉 SCT의 변화

	항목	사전	사후
가정	12. 다른 가정과 비교해서 우리집은	많은 일들이 생긴다.	행복하다.
	13. 나의 어머니는	불쌍하다.	본인의 행복을 위해 노력하고 나를 사랑한다.
어머니	49. 나는 어머니를 좋아했지만	원망했다.	좋아하지 않은 것처럼 표현했다.
	25. 내 생각에 여자들이란	포기할 것이 많다.	엄마처럼 포근할 것이다. 모성애가 강할 것이다.
	26. 엄마와 나는	솔직하지 못하다.	이제 서로를 이해한다.
어린시절	45. 생생한 어린 시절의 기억은	행복1, 불안함 99.	행복한 기억도 많다.
	48. 내가 어렸을 때 우리가족은	항상 불행했다.	모두 각자 최선을 다하려 노력했다.
아버지	19. 내가 싫어하는 사람은	아빠다.	책임감이 없는 사람이다.
	50. 아버지와 나는	두 번 다시 행복할 수 없다.	더더더 좋아질 수 있다.

## 2. 어머니의 모래놀이 치료에 따른 가족원의 변화

### 1) 배우자와 자녀의 애착 변화

연구 참여자가 모래놀이 치료를 경험하였을 때, 배우자의 불안정 성인애착 점수는 감소하고 자녀의 전체적인 애착 점수가 향상되어 어머니의 모래놀이 치료가 가족들의 애착에도 긍정적 영향을 주었음을 알 수 있다. 배우자와 자녀의 애착점수의 변화는 <표 4>에 제시하였다.

〈표 4〉 배우자와 자녀의 애착 사전·사후 검사 변화

구분	하위영역	사전	사후	차이(사전-사후)
배우자의 불안정 성인애착	애착불안	40	32	▽8
	애착회피	54	50	▽4
배우자의 불안정 성인애착 합계		94	82	▽12
자녀의 애착	의사소통	43	45	△2
	신뢰감	46	49	△3
	소외감	24	28	△4
자녀의 애착 합계		113	122	△9

## 2) 배우자와 자녀가 인식한 어머니의 변화

모래놀이 치료 전과 후의 연구 참여자의 변화에 대하여 상대 배우자의 인식 변화와 자녀가 인식한 변화를 사전·사후 SCT검사와 인터뷰를 중심으로 확인하였으며, 어머니의 모래놀이 치료가 가족들로 하여금 어머니의 긍정적인 인식을 향상하게 되었음을 알 수 있다. 배우자와 자녀가 인식한 어머니의 변화는 <표 5~8>에 제시하였다.

<표 5> 배우자의 SCT 사전·사후검사 변화

항목	사전	사후
5. 어리석게도 내가 가장 두려워하는 것은	배우자가 없는 삶이다.	내가 없는 가족을 상상하는 것이다.
9. 내가 바라는 여인상은	나의 배우자처럼 현명한 여자이다.	격려와 함께 상의하고 모든 것을 함께 하는 사람.
25. 내 생각에 여자들이란	위대하다.	가끔은 감정 기복이 있지만 섬세하고 사랑스럽다.
28. 언젠가 나는	존경받는 아버지가 되도록 노력할 것이다.	집사람과 전국 일주 여행을 하고 싶다.
35. 내가 아는 대부분의 집안은	약간의 다툼은 있다.	화목하다.

<표 6> 배우자의 인터뷰 사전·사후 변화

항목	사전	사후
상담 동기와 상담 후 느끼는 변화	“집사람이 걱정이에요. 걱정을 사서 하는 편이라 본인이 힘들어하니까... 그걸 보는 게 힘들어요.”	“상담 전에 비해 걱정이 줄고 참는 게 보여요. (이 전에는)별일 아닌 것에 화내는 경향이 있고 화내는 것을 보면(내가) 불편했는데 이제는 많이 차분해졌어요. 예전에 (참지 못하고 화내는 것이) 3, 4점이었던 것인데 지금은 7, 8점 정도요.”  “화내면서 이야기하는 게 줄고 대화가 늘었어요.”  “예전에 걱정하는 것이 10이었다면 지금은 4정도 되요. 걱정을 다 내려놓지는 못했지만 많이 좋아졌어요.”
배우자에게 바라는 점	“너무 걱정하지 않고 자기를 (돌)봤으면 좋겠어요.”	“안 아팠으면 좋겠어요.”
집에서의 모습	“정적인 부분이 많아진 것 같아요. 기운 없고 무기력한 모습들... 집에 서도 기대어 있거나...”	“요즘에는 많이 움직이고 운동도 하려고 해요. 집에서 늘어져 있는 모습이 많이 줄었어요.”

〈표 7〉 자녀의 SCT 사전·사후검사 변화

항목	사전	사후
1. 우리 가족은	평범하다	행복하다
5. 나는	너무 좋아	엄마 아빠가 있어서 행복하다
13. 가장 걱정되는 것은	엄마 아빠 다치는 것	없다
27. 내가 이루고 싶은 소원은	엄마 아빠 싸우지 않고 행복하게 사는 것	배우, 연예인이 되는 것
29. 가장 갖고 싶은 것은	언니	UFO(우주선)
30. 이 다음에 크면	겨울에도 여름 바지를 입고 싶다.	배우가 되고 싶다

〈표 8〉 자녀의 인터뷰 사전·사후 변화

항목	사전	사후
	<p>“엄마는 좋아요. 저를 안아줄 때 좋아요. 그런데 잘못했을 때는 혼내요.(중략) (제가) 나쁜 말 할 때요. ‘죽어버려, 나가버려’하고 말 할 때가 있어요. 그러면 엄마는 울어요. 엄마한테 미안하다고 사과하려고 하는데 엄마가 울어서 황당하고 속상해요.”</p>	<p>“엄마는 좋은 사람. 나를 보면 쩡그린 표정인데 장난치느라 그래요.”</p> <p>“엄마랑 나는 좋은 사이예요.”</p>
우리 엄마는	<p>“(엄마가 날 볼 어떤 느낌인지) 사랑하고 좋은... 그런데 하고 싶은 것을 못 하는 건 싫어요. 엄마가 속상해하는 게 눈으로 전달되요. 속상하다고... 슬퍼요... 사실 부담됐어요”</p> <p>“이다음에 크면 겨울에도 여름 바지를 입고 싶어요. 왜냐하면 엄마가 마음대로 못 하게 하거든요.”</p>	<p>“나는 엄마를 좋아하지만 싫을 때도 있어요. 화를 낼 때요. 그런데 많이 줄었어요.”</p> <p>“이제는 엄마가 내 말을 들어줄 것 같아요.”</p>
부모 사이	“좋아요. 그런데 잘못했을 땐 같이 혼내요.”	“엄마 아빠 사이는 좋은 것 같아요. 팔짱 끼고 돌아다녀요. 부부싸움을 해도 화해해서 좋은 것 같아요.”
상담 동기와 상담 후 느끼는 변화	“욕하지 않았으면... 이 새끼, 노잼, 무서워요.”	“화가 줄어들었어요. 엄마 마음대로 하는 것이 줄고... 이전에 엄마 맘대로 하는 게 10점이었다면 지금은 0점이에요.”
엄마에게 바라는 점	“짜증 내지 않는 것요”	“바라는 것 없어요. 이 정도면 노력을 하는 것 같아요. 혼내는 것도 줄고 고맙고 좋아요.”

### 3. 모래놀이 치료과정

생애 초기의 외상이나 박탈은 심리적 성장을 저해하나 모래놀이 치료는 이 지점을 재방문하고(Kalff, 1966), 모래놀이 치료에서의 상징적 표현은 에너지의 흐름과 새로운 마음과 정신을 형성하여 전의식의 발달을 가져오며 자기(self)와 통합된다. 성공적인 자기(self)는 결국 건강한 자아의 발달을 이룬다(심희옥, 2007). 한편, 여성은 어머니가 됨에 따라 정체성을 찾아야 하는데 부정적인 어머니 콤플렉스를 가진 여성은 긍정적인 것으로 여성적 영역을 채우는 것이 어렵다(Kast, 1997). 중년기에는 내면의 좌절과 분노, 자신에 대한 연민 등이 외부스트레스와 함께 갈등을 초래하여 개성화를 촉진한다(Jaffe, 2012).

Jung은 모래놀이의 본질을 개성화 과정이라고 하면서 인간 마음에 있는 무의식의 의식화를 통해 인간 정신의 전체성에 접근하는 것을 분석심리학의 목표로 두었다(이부영, 2021). 성인의 개성화는 성숙한 자아가 자기와 축을 연결하여 통합에 이르는 과정으로, 그림자를 인식하여 콤플렉스를 해소하고 아니마(anima)와 아니무스(animus)의 긍정적·부정적인 측면을 통합하며 자기의 재배열과 자아의 재탄생 경험을 통하여 자기실현을 이룬다(이부영, 2011). 따라서 본 연구에서는 모래놀이 치료과정을 Jung의 개성화 과정에 따라 상담초기, 상담중기, 상담후기의 3단계로 구분하고 각 단계를 그림자와의 만남, 아니무스와의 만남, 자기 원형과의 만남으로 나누어 분석하였으며, 총 12회기의 상담 중 11개의 모래상자를 만들었다.

#### 1) 초기(1~2회기) : 그림자와의 만남

그림자는 자기실현을 위해 해결해야 할 과제이다. 의식에서 제일 가까운 무의식의 내용이 그림자로 표현되고, 그림자는 투사를 통해 드러난다(김보애, 2006). 1회기에 한참 동안 모래를 만지다 바다 위의 집이라며 쉴 수 있는 오두막을 만들었다. 첫 번째 모래상자는 내담자의 문제에 대한 통찰을 제공하고 예후에 있어 의식적으로 혹은 무의식적으로 필요한 것을 지시하기 때문에 중요하다(문채련, 2010; Weinrib, 2004). 모래와의 접촉은 퇴행을 일으켜 감각발달의 초기단계에서 원형들을 활성화시킨다(Manevsky, 2003). 좌측 하단은 무의식의 영역으로(Ackroyd, 1993/1997; Ammann, 1994) 비어있어 공허한 내담자의 삶을 반영하고(Linda & Daniel, 2007), 바다 또한 무의식을 나타낸다(Ackroyd, 1997). 꽃은 해방과 해소, 진정한 슬픔의 감정의 상징이다(Ammann, 2001/2009). 모래상자 위에 공허하고 우울한 정서가 그림자와 맞닿아 있음을 드러냈다. 초가집은 낡아 앞으로는 안전하고 튼튼하게 채워진 정신적 집을 만들어 나가야 할 것 같다. Grubbs(1995)는 인간이나 동물 피겨로 가족들의 상황을 표현한다고 하였다. 2회기에 나와 아빠, 나와 딸과의 관계가 호랑이로 투사되며 긴장감과 공격성이 드러났다. 서로 닮은 모습은 내가 아빠에게 받은 상처를 아이에게 주고 있는 그림자이다. 한편 초식동물인 기린은 그림자를 외면하고 있다. 내담자는 현재 느껴지는 정서적 어

려움이 주는 의미와 원가족과 본인-자녀의 관계의 그림자를 인식하여 아니무스를 직면하는 과정이 필요한 것 같다.

“나한테 화가 나요 그걸 아이에게 표현해요 내가 잘못 키워서 그렇구나. 잘못 키워서 사랑스럽게 대하지 못했다는... 냉정하게 많이 했던 거 같아요 아이가 입에 달고 살았던 말이 ‘안아줘, 나 좀 봐봐...’. 버릇없게 클까봐... 뭔가 아이가 다가오면 밀쳐내려고 했던 것 같아요 안아주면 안아줄수록 더 안아 달라고 요구하니까 힘들었던 것 같아요 ...(중략)... 엄마가 저를 안아줬던 기억이 없어요 엄마한테는 붙잡아서 떼를 못 썼던 것 같아요 나는 사랑을 못 받았는데도...(중략)...아이와 나의 관계가 꼭 아빠와 나의 관계 같아요 아빠도 무서웠는데 나는 대들고... 나를 보호하기 위해서 그랬던 것 같아요”

- 2회기 모래놀이 이야기



[그림 1] 1회기 모래상자



[그림 2] 2회기 모래상자

## 2) 중기(3~9회기) : 아니무스와의 만남

아니마와 아니무스는 개인의 무의식적 내용과 원형적 요소를 포함하며(김보애, 2006), 아니무스는 나와 무의식을 이어주는 매개자로 깊은 전체정신의 중심으로 인도한다(이부영, 2011). 3회기의 여자아이 인형은 딸이고 꿈 인형은 본인이다. 같은 색의 옷을 입고 딸과 소꿉놀이를 하며 둘 사이에 물 조리개와 음식을 놓는다. 4회기는 어린시절 눈 오는 겨울날 따뜻한 방에서 굴 까먹고, 무, 가지를 먹으며 가족들과 TV를 보던 기억이다. 천장에 쥐들이 뛰어다니는 열악한 환경에서도 아빠가 엉덩이를 두드리며 깨워주던 따뜻한 기억과 그 안에서 갖고 있던 좋은 기억(음식 냄새, 훈훈함 등)이다. 3~4회기는 원형의 표현과 음식은 아니무스를 만나기 위한 준비이자, 자신과 자녀를 양육하며 진정한 자아를 만나기 위한 준비이다. 음식은 양육의 상징이자(박성민, 2011; Turner, 2005/2021) 평화, 불화의 해소, 친교, 생명력의 상징이며((David, 1993/2002), 음식을 나누는 행위는 가족 및 집단 구성원의 동일한 정체성을 세우는 기본적 연대 의식이다(Jackson, 1996). 3회기 소꿉놀이와 음식은 제양육을 통

한 내면의 치유가 시작되고 있음을 알게 한다. 4회기의 과거 여행은 가족과의 행복함 속에 있던 슬픈 아니무스를 만나게 하였다.

“자꾸 어릴 때랑 겹쳐지는 것 같아요 아이가 학교 들어갔을 때가 제일 불안했던 이유가 제가 학교 들어가면서 (불행이) 시작됐고...”

“요양원에 아빠 면회를 가면 아빠가 정신이 온전치 않은데도 ‘아픈데 없니?’ 하고 물어봐요 그러면 아빠가 아무 생각 없이 저기서 편하게 사는구나, 내가 복수해 줘야지 이런 생각이었거든요 근데 이제 웃으면서 얘기할 수 있을 것 같아요 (중략) 안 좋은 기억이라고 생각하고 살았는데 좋은 기억이 되는 것 같아요 아빠가 잘못된 부분을 빼고는 좋은 기억들도 많더라고”

- 4회기 모래놀이 이야기

5회기에 내담자는 “차를 찾고 싶은데... 왜 여기로 왔는지 모르겠어요.”라고 말하며 상담자의 근처로 왔다가 다시 모래상자 앞으로 가서 모래를 손으로 두드리 평평하게 한 후 손으로 길을 낸다. 그 위에 검정 자동차를 놓고 그 뒤에 경찰차를 놓았다. 길 왼쪽으로 바닷물을 드러내 강을 만들고 인형을 엮어 놓고 8살 이전, 잠을 거의 자지 못하고 졸음운전을 하다 중앙선을 침범해 강에 추락한 아빠의 사고 모습을 재현하였다. ‘아빠는 얼마나 두려웠을까. 아빠는 어떤 마음이었을까?’ 하는 생각이 든다고 하며 거의 1년 만에 아빠를 보고 왔다는 소식을 전한다. 모래를 두드리는 것은 치유의 의미(Turner, 2005/2021)와 쓰다듬거나 쓰다듬을 받는 행위에 대한 바람을 표현한다(Amman, 2001/2009). 현실적 존재인 평면과 수평에 대립하는 수직적 표현은 본질적이고 초월적이다(Cooper, 1994). 추락은 연금술의 응고로 새로운 무엇인가가 만들어지는 것이다. 따라서 추락은 정신적으로 올라갔다가 내려와 현실적으로 변화된다(심희옥, 2020). 5회기에 상담자와의 안전한 장을 확인하며 안정감을 경험한 내담자는 시공간을 초월하여 내면세계에 깊이 들어가(Bradway, 1997) 아버지의 사고를 통해 소화되지 못하고 죄책감으로 남아 있던 부정적 아니무스를 인식한다. 무의식에 억압되어 있던 아니무스는 엮어진 남자 인형으로 나타나 해결되지 못하고 내재 되어 있던 갈등을 직면하여 해결하고자 시도한다.

“엄마가 도망가면... 이런 불안함... 엄마가 많이 힘들어하셨어요 너희만 아니면... 매일 그 말을 달고 살았던 것 같아요 근데 제가 그 말을 아이에게 해 버렸어요(울음). 제가 엄마를 미워하는 것처럼 아이도 저를 미워하는 감정이 생길까 봐 그게 제일 무서웠던 것 같아요...(중략)...저는 아빠가 이해되면 엄마가 미워질 것 같았거든요 엄마도 많이 미운데 아빠를 이해하게 되면 뭔가 아빠

편이 되는 것 같아서... 엄마한테 죄책감... 그래서 아빠가 힘들어 보여도 잘 티를 못 냈던 것 같아요”

- 5 회기 모래놀이 이야기

6회기는 자녀의 ADHD 진단으로 인해 내담자는 급격한 불안감과 눈물을 참지 못하는 등의 불안정한 정서 상태를 보여 언어 상담으로 진행하였다. 7회기는 내담자 자신이 부러워했던 것이라며 발레리나와 첼로를 놓는다. 테두리 밖의 발레리나는 어린 시절의 자신이기도 하고 지금이 딸이라고도 한다. 이런 모습을 엄마와 내가 편히 앉아서 보고 있다. 여성성은 관계의 의식성 안에서 발달하고, 여성의 의식에서 성찰과 숙고, 인식을 불러일으킨다(김보애, 2006). 모녀의 3세대 간 관계 안에서 어머니의 이마고는 환상을 자극하고, 음악과 춤으로 살아난 정서는 자라지 못하고 남아 있던 어린 시절의 결핍을 채우며 대화를 나눈다. 이를 통해 아니무스가 객관화되기 시작하였다. 8회기는 지금 가족과 놀러 갔던 기억을 만들고, 9회기에는 어린 시절 마당에서 뛰놀던 모습이다. 숫자 3은 무한하고 역동적이며 구체적인 능력을 상징한다(Eastwood, 2002). 식물은 전체성의 상징 중 하나로 땅과 관계처럼 무의식과 관계를 맺어 자기 자신이 된다(von Franz, 1997). 8~9회기의 식물의 등장은 내면에서 살아나는 생명력이자 모성의 표현이며(Cooper, 1994), 활성화된 여성성은 내면의 아니무스를 포용한다. 8회기에 나타난 가족원 3명의 모습은 2회기에서 표현된 동물과 달리 구체적이며 현실적인 모습을 반영한다. 물은 재상과 우주, 자궁과 연관되며 모든 가능성의 원천이자 무덤이다(엄미연, 2014). 다리는 연결과 소통의 상징으로(Miles, 2012) 외부와 내면세계를 연결하는 의식과 무의식의 통로가 되어 자아(ego)와 자기(self)가 상호작용하게 한다(곽선경, 2021). 8회기 모래상자의 물과 다리는 부모와의 원초적인 불안정 애착관계에서 벗어나 모성을 재구성하여 손상된 자아-자기 축을 재구성한다(장미경, 2017). 하지만 아직 그 에너지와 양이 부족하다. 9회기에 난쟁이는 어린 자아로 현실적인 부모와 달리 동화 속 난쟁이 3명은 놀이의 역동성을 통해 순수성을 회복함으로써 내면이 치유되고 있다. 양육되어 튼튼하게 자란 자아가 모성의 콤플렉스를 극복하고(장미경, 2017), 내면의 성장과 치유를 통해 아니무스의 균형 있는 발달을 촉진하게 된 것이다.

“엄마가 힘들고 걱정이 많았겠다는 생각이 어른이 돼서 드는데, 최근에 내가 힘들 때 딸 아이가 천진난만하면 알미운 느낌이 들 때가 있어요 ‘그때 엄마도 그랬겠구나.’ 하는 생각이 들어요 이런 기억들이 딸 아이를 이해하는 데 도움이 되는 것 같아요”

- 9 회기 모래놀이 이야기



(그림 3) 3회기 모래상자



(그림 4) 4회기 모래상자



(그림 5) 5회기 모래상자



(그림 6) 7회기 모래상자



(그림 7) 8회기 모래상자



(그림 8) 9회기 모래상자

### 3) 후기(10~12회기) : 자기 원형과의 만남

자기(self)는 의식과 무의식을 아우르는 인간의 모든 전체적인 정신현상이며, 무의식의 의식화를 통해 드러난다(김보애, 2006). 10회기 TV 뒤 군인은 아빠고 큰 인형은 본인이다. 공부하는 것을 자랑하는 아빠에게 반항하고 벗어나고 싶어 공부를 놓았음에도 엄마와 동생을 지키기 위해 떠나지 못하고 버텼던 나의 모습이다. 군인은 갈등, 공격성, 투쟁과 소멸에 대한 두려움을 상징한다(장미경 외, 2007). 부모와의 동일시에서 벗어나 의식성을 통해 깨어난 나는 책 읽는 큰 인형을 통해 비로소 자기(self)로 발현한다. 아니무스는 통합되고 균형 있게 발달하여 강인하고 이성적인 ‘나’로 자리매김하였다. 11회기는 딸이 물 따르는 것을 물려서 지켜보는 본인의 모습이다. 성장한 자아는 돌보는 모성으로 변화하고(김미경, 김밀양, 2021), 자녀에게 바람직한 모습으로 새롭게 다가설 준비가 되었다. 12회기에 딸과 자신의 모습을

표현하며 왼쪽은 딸과 같이 자려고 누운 모습, 오른쪽 위의 모습은 재워달라는 것을 외면했던 모습, 아래쪽은 혼내는 모습을 표현한다. 손가락으로 원을 그려 넣는다. 탈 쓴 인형이 나(엄마)이고, 사람 인형이 아이다. 예전에 아이에게 화냈던 모습이 아이에게는 악마같이 느껴졌을 것 같고, 그 모습은 이전의 나와 엄마의 모습 같기도 하다고 한다. 숫자 3이 나타내는 동적인 자아 에너지는 무서운 어머니와 좋은 어머니의 통합되어 태모(The Great Mother)가 된다(곽선경, 2021). Jung은 무의식에 있는 모든 것이 사건과 현상으로 나타나고, 무의식적 여러 조건 안에서 인격 또한 발전하여 스스로는 전체로서 경험한다고 하였다(이부영, 1990). 또한 집단적 유대감 안에서 개인의 전(全)인격화 과정이 이루어진다(Ammann, 2001/2009). 마침내 내담자는 눈 뜨고 꾸는 꿈 안에서 개별적인 존재가 되었다. 꿈을 통해 들여다본 아이와 자신의 모습을 모래상자에서 마주 보며 페르소나를 구분하고 원형을 통해 꿈과 과거, 현실에 온전히 자신의 모습을 드러내며 전체성에 도달하였다. 자라지 못하고 상처받았던 자기를 이해하고 온전한 어머니로서 아이를 양육하고자 하는 자신의 모습으로 자기 실현을 이루었다.

“내 인생은 우울하고 못한 것 같았는데 그래도 버티고 잘 살았다는 생각이 들고 예전에는 내가 나빠서 나를 미워한다고 생각했는데... 나를 좋아하는 사람도 많구나 하는 생각이 들어요”

- 12 회기 모래놀이 이야기



[그림 9] 10회기 모래상자



[그림 10] 11회기 모래상자



[그림 11] 12회기 모래상자

## V. 결론 및 제언

본 연구에서는 불안정 성인애착 어머니의 모래놀이 치료가 어머니 본인과 가족원에게 어떠한 변화를 가져왔는지 살펴보고 그 의미를 탐색하고자 하였으며, 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 모래놀이 치료를 경험한 불안정 애착 어머니의 변화를 살펴보면 모래놀이 치료가 어머니의 불안정 애착 정도를 감소시키고 정서조절의 어려움을 완화시키는데 도움이 되었다. 이는 어머니의 성인애착 척도와 정서조절곤란 척도의 점수 감소와 “자녀가 좋아진 것 같아 행복해요, 아이가 고민을 함께 나눠 준다는 게 고마워요.”, “아이가 먼저 요구하거나 화를 낼 때 화가 머리끝까지 올라올 때가 있었는데 이젠 한발 물러서서 생각해요.”, 내가 어렸을 때 우리 가족은 모두 각자 최선을 다하려 노력했다(SCT 48)는 인터뷰 내용 및 SCT의 변화가 이를 지지한다. 또한 모래상자에서 외상 경험의 재현(5회기)을 비롯한 재양육(3, 4, 11회기)과 정서의 변화(7, 8, 9회기)는 모래놀이 치료가 초기 애착 경험의 재구조화에 긍정적 변화를 보이고 애착 관련 어려움을 보이는 내담자들에게 모래놀이 치료가 구체적인 개입 방법이 될 수 있다는 선행연구와도 맥을 같이 한다(서영주, 2014; 정계숙, 김미정, 2006). 위의 결과는 정서조절이 획득된 안정 애착 어머니가 긍정적인 애착을 형성하는데 보호 요인이 된다는 연구 결과(손정민, 2014)를 지지하고, 모래놀이 치료가 정서조절에 효과적이라는 연구(심희옥, 2020)와도 일치함을 알 수 있다. 따라서 본 연구를 통해 모래놀이 치료가 내담자의 정서적 어려움을 감소시키는 데 효과적이고, 정서의 조절은 안정적인 애착의 재형성에 도움이 된다는 것을 알 수 있다.

둘째, 불안정 성인애착을 보이는 어머니의 모래놀이 치료에 따른 가족원의 변화를 살펴보면 어머니의 불안정 애착 수준과 정서조절곤란 정도의 감소가 가족원의 인식과 애착 변화에 긍정적으로 기여하였음을 확인하였다. 이는 자녀의 안정애착 점수 향상과 배우자의 불안정 성인애착 점수의 감소 및 “화가 줄었어요.”, “엄마랑 나는 좋은 사이예요.”, 나는 엄마 아빠가 있어서 행복하다(자녀 SCT 5)는 가족 구성원의 인터뷰 내용과 SCT 결과로 확인할 수 있다. 이러한 가족원의 변화는 모래놀이 치료가 상담자와의 교정적 애착 경험을 통해 내적 표상의 변화를 촉진하여 불안정 애착 어머니의 긍정적 양육행동을 향상시키고(정계숙, 김미정, 2006), 정서조절능력을 높여 결혼만족도에 영향을 준다(서주현, 2021)는 선행연구와 일치한다. 결국 모래놀이 치료가 불안정 애착 어머니의 애착패턴과 정서조절능력의 변화에 도움을 주고, 이는 다시 자녀 양육행동의 변화와 부부관계의 변화로 이어진다는 것을 알 수 있다.

셋째, 불안정 애착 어머니의 모래놀이 상자 변화를 살펴보면 자녀와 자신의 문제가 원부모와 연결되어 있음을 알아차리고 모자 일체감 안에서 안정애착으로 신뢰를 회복하였다.

재양육과 통찰을 통한 애착의 회복은 그림자를 인식하고 자아를 강화하여 자기실현에 이르는 개성화 과정이다. 모자 일체감 안에서 상담자는 내담자를 담아주는 그릇으로써 안전기지의 역할을 하였고, 이를 통해 내담자는 자아를 강화하고 성찰적 기능을 향상하며 자기실현의 여정을 떠날 수 있게 되었다. 전 생애 안에서 정신적 갈등을 통한 대극의 통합 혹은 억압된 감정의 표현과 수용은 상징으로 표현되어 개성화의 경험을 촉진한다(이경희, 2005).

본 사례에서 내담자는 아동기에서 성인에 이르는 생애를 모래상자에 파노라마와 같이 펼쳐 놓았고, 초기에는 모래와의 접촉을 통해 퇴행하는 모습과 정체된 정서를 표현하였으며, 호랑이와 기린으로 불안정 애착의 투사적 그림자를 인식하였다. 중기에서는 어린 시절과 현재의 불행을 연결하고 부모와 나의 아니무스를 들여다보며 음식을 통한 재양육과 악기, 식물을 통한 정서의 순환, 에너지와 모성의 활성화를 통해 콤플렉스를 극복하고 통합하였다. 후기에는 커다란 인형으로 마침내 온전한 자신을 선언하고 모래 위에서 자녀를 외면하고 상처받은 과거의 자신을 수용하며 원형으로써 대극의 통합을 표현하고 자기실현을 이루어 내었다. 이는 중년 남성의 모래놀이 치료를 통한 개성화 과정(서성희, 2019)과 미혼모의 자녀로 성장한 중년 미혼 여성의 모래놀이 치료(원선애, 조정숙, 2022), 애착 문제를 가진 중년여성의 개성화 과정에 대한 모래놀이 치료 사례연구(장경희, 2018)에 나타난 개성화 과정과도 일맥상통한다.

본 연구는 사례연구가 갖는 특성을 활용하여 다각도로 모래놀이 치료가 애착 문제로 어려움을 겪는 어머니에게 획득된 안정 애착을 형성하도록 돕고, 정서를 조절하는 데 긍정적인 변화를 주고 있음을 확인하였다. 특히 내담자 뿐 아니라 그 가족들을 연구 대상으로 참여시켜 내담자의 변화를 가족들의 시선까지 포함하여 분석하고, 내담자의 긍정적인 변화가 가족원의 애착 변화 및 긍정적인 상호작용에 영향을 준다는 것을 확인하였다는 데 큰 의의가 있다. 이와 더불어 모래놀이 상자의 분석을 통해 안정된 애착으로 재형성되는 과정이 중년기 여성의 자기실현으로 이어지는 개성화 과정과 맞닿아 있음을 확인하였다.

끝으로 본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 먼저 본 연구는 불안정 성인애착을 보이는 어머니 한 명만을 대상으로 모래놀이 치료를 진행하였고, 3개월 동안의 변화과정을 살펴보았다. 따라서 후속 연구에서는 애착 유형별로 연구 대상자를 보다 확대하고, 추수 상담을 통해 변화의 유지 정도를 점검함으로써 모래놀이 치료를 통한 애착 패턴 변화의 효과성과 신뢰성을 제시하는 것이 필요하겠다.

둘째, 본 연구에서는 단일 가족을 대상으로 어머니의 모래놀이 치료에 따른 가족원의 변화를 ‘애착’과 ‘정서조절’의 변화 중심으로 살펴보았으며, 변화 동기가 높은 내담자 및 비교적 협조적인 가족원의 특성이 단기간에 치료적 성과를 가져오는 데 긍정적인 영향을 주었다고 추론된다. 후속 연구에서는 보다 다양한 특성을 보이는 가족들을 대상으로 모래놀이 치료를 적용해보고, 모래놀이 치료를 통한 개인 및 가족원의 변화를 다각적 측면에서 살펴

불 필요가 있겠다.

셋째, 본 연구에서는 질적 자료를 중심으로 내담자 및 가족원들의 변화과정을 살펴보았으며, 기준 점수 체계가 있는 척도로 사전-사후를 측정했기 아니기에 사전-사후 점수상의 변화가 얼마나 의미 있는 해석이 가능한 정도의 변화인지를 명확하게 기술하는 데 한계가 있다. 따라서 후속 연구에서는 명확하고 구체적으로 해석 가능한 기준 체계가 있는 척도를 사용하여 사전-사후를 측정함으로써 모래놀이 치료를 통한 변화에 대해 보다 분명한 근거를 제시할 필요가 있다.

이상의 한계에도 불구하고 본 연구는 불안정 애착으로 어려움을 겪는 내담자들에게 불안정 애착의 세대 간 전수의 고리가 끊어지고 안정애착으로 변화될 수 있다는 희망의 근거를 제공하고 있다. 본 연구 결과가 애착의 세대 간 전수를 완충시키고, 획득된 안정 애착으로의 변화를 촉진하는 데 도움을 줄 수 있는 상담 치료 및 프로그램을 개발하는데 기초자료로 활용될 수 있기를 기대한다.

## 참고문헌

- 곽선경 (2021). 애착외상 경험 아동의 모래놀이치료 상징 연구. 경희대학교 테크노경영대학원 석사학위논문.
- 권미선 (2010). 모와 애착이 결핍된 아동의 모래놀이치료에서 보이는 공통된 의미 고찰과 자아존중감 및 상호작용 변화에 관하여. 통합치료연구, 2(2), 49-71.
- 구세경, 한유진 (2018). 인격의 일부로 그림자를 통합해가는 아동 모의 모래놀이 사례연구. 놀이치료연구, 22(3), 87-104.
- 김나영 (2021). 대학생이 지각하는 부모애착과 진로성숙도의 관계에서 기본심리욕구와 우울의 매개효과. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 김미경 (2007). 모래상자놀이를 통한 반응성 애착장애유아의 사회성발달과 놀이발달에 관한 사례연구. 아시아교육연구, 8(1), 1-23.
- 김미경, 김밀양 (2021). 모래놀이치료를 경험한 아동의 정서적 변화에 관한 단일 사례 연구. 인문사회21, 12(5), 2617-2632.
- 김미정 (2006). 모래놀이치료를 적용한 모-유아 중심의 애착관계 개선 프로그램 개발 및 효과 연구. 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 김보애 (2006) 분석심리와 모래놀이치료. 가톨릭출판사.
- 김보애 (2017). 모래놀이치료의 이론과 실제. 학지사.
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확증적 요인분석과 문항 반응 이론

을 중심으로. 서울대학교 대학원 석사학위논문.

김수정 (2010). 애착장애와 치료놀이. 공동체.

김혜원 (2014). 부모의 성인애착과 양육행동의 관계에서 정서조절곤란, 결혼불만족의 매개효과: 자기효과와 상대방 효과. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.

문채련 (2010). 모래놀이 이야기. 이담북스

박성민 (2011). 성인애착유형에 따른 모래놀이치료에서의 표현양상과 이야기 비교. 남서울대학교 대학원 석사학위논문.

서성희 (2019). 중년남성의 모래놀이치료를 통한 개성화 과정 사례연구. 모래놀이상담연구, 15(1), 47-75.

서영주 (2014). 모래상자놀이가 불안정 성인애착의 정서조절에 미치는 영향. 대구대학교 재활과학대학원 석사학위논문.

서주현 (2021). 성인애착이 결혼만족도에 미치는 영향: 정서조절곤란과 공동대처의 매개효과. 계명대학교 대학원 석사학위논문.

성태제 (2020). 연구방법론. 학지사.

손정민 (2014). 획득된 안정애착 어머니 특성에 관한 연구: 자녀애착, 정서조절전략, 결혼만족도를 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

송영혜, 이정자 (2007). 모래상자를 이용한 자기분석 과정에서 상담자와 내담자의 언어적 상호작용 분석: 놀이치료사 훈련생을 대상으로. 놀이치료연구, 11(3), 129-140

심희옥 (2007). 정서조절이 힘든 초등학생의 모래놀이 치료 사례. 놀이치료연구, 11(3), 41-65.

심희옥 (2020). 생모와 이별한 5세 남아의 모래놀이치료를 통한 의식의 탄생과 분화. 놀이치료연구, 12(3), 61-83.

엄미연 (2014). 물: 잠재성의 상징. 한국임상모래놀이치료학회지, 5(1), 59-71.

옥 정 (1998). 청소년기 애착 안정성과 우울성향의 관계-지각된 유능감(Perceived Competence)의 매개효과를 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

원선애, 조정숙 (2022). 미혼모의 자녀로 성장한 중년 미혼 여성의 모래놀이 치료 사례연구. 학습자중심교과교육연구, 22(4), 641-666.

이경희 (2005). 중년여성의 자아분화와 자아정체성의 발달관계 연구. 서울여자대학교 기독교대학원 석사학위논문.

이부영 (1990). Carl G. Jung의 “회상, 꿈, 그리고 사상”. 집문당.

이부영 (2011). 분석심리학. 일조각.

이부영 (2021). 그림자. 한길사.

이수현, 최인화 (2020). 셀프 슈퍼비전을 통한 상담기술 훈련-초보상담자를 대상으로. 학지사.

- 이영주, 이정숙 (2019). 관계외상을 경험한 아동의 모래놀이치료과정에서 나타나는 모성상징에 대한 연구. *한국아동심리치료학회지*, 14(2), 77-96.
- 이정윤 (2017). 불안정 애착 어머니의 부모성찰 향상을 위한 지시적 모래상자놀이의 사례연구. 대구대학교 재활과학대학원 석사학위논문.
- 이진숙, 심희옥, 한유진 (2012). 심리치료를 위한 지침서. 학지사.
- 장경희 (2018). 애착의 문제를 가진 중년 여성의 개성화 과정에 대한 모래놀이치료 사례연구. *모래놀이상담연구*, 14(2), 1-29.
- 장미경, 윤혜경, 김연진 (2007). 모래놀이치료. 학지사.
- 장미경 (2017). 분석심리학적 모래놀이치료. 학지사.
- 정계숙, 김미정 (2006). 불안정 애착유아 어머니를 위한 모래놀이치료 효과 연구. *열린유아교육연구*, 11(3), 125-143.
- 조용래 (2007). 정서조절곤란의 평가: 한국판 척도의 심리측정적 속성. *한국심리학회지: 임상*, 26(2), 1015-1038.
- 주희영 (2021). 지시적 모래상자놀이가 우울성향 어머니의 양육스트레스에 미치는 효과. 대구대학교 재활과학대학원 석사학위논문.
- 최윤영 (2015). 모래놀이치료가 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스 및 양육효능감과 자기이해에 미치는 효과. *남서울대학교 대학원 석사학위논문*.
- 한송희 (2016). 모래놀이치료가 장애아동 어머니의 우울과 양육스트레스에 미치는 효과. *남서울대학교 대학원 석사학위논문*.
- 河合隼雄 & 中村雄二郎 (1994). 모래상자놀이치료법(심재경, 역). 양영각. (원서출판 1969)
- Ackroyd, E. (1997). 꿈 상징 사전(김병준, 역). 한국심리치료연구소. (원서출판 1993)
- Ammann, R. (1994). *Healing and transformation in sandplay: Creative processes become visible*. Open Court Publishing
- Ammann, R. (2009). 융 심리학적 모래놀이치료(이유경, 역). 분석심리학. (원서출판 2001)
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-453.
- Boik, A. L., & Goodwin, E. A. (2000). *Sandplay therapy: A step-by-step manual for psychotherapies of diverse orientations*. W. W. Norton & Company.
- Bowlby, J. (1958). The nature of child tie to his mother. *International Journal of Psycho-Analysis*, 39, 350-373.
- Bradway, K. (1997). *Sand play: Silent workshop of the psyche*. Routledge.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult romantic

- attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). Guilford Press.
- Carey, L. J. (2002). 모래놀이치료(이정숙, 고인숙, 공역). 하나의학사. (원서출판 1999)
- Cooper, J. (1994). 그림으로 보는 세계문화 상징사전(이윤기, 역). 까치.
- Creswell, J. (2015). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. Pearson.
- David, F. (2002). 상징의 비밀(최승자, 역). 문학동네. (원서출판 1993)
- David, J. W. (2021). 애착과 심리치료(김진숙, 이지연, 윤숙경, 공역). 학지사. (원서출판 2007)
- Eastwood, P. S. (2002). *Nine window to wholeness*. Sanity Press.
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Leigh, T., Kennedy, R., Mattoon, G., & Target, M. (1995). Attachment, the reflective self, and borderline states. In S. Goldberg, R. Muir, & J. Kerr (Eds.), *Attachment Theory: Social, developmental and clinical perspectives* (pp. 233-278). The Analytic Press, Inc.
- Fraiberg, S. (1980). *Clinical studies in infant mental health: The first year of life*. Basic Books, Inc.
- Frabley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350-365.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 36, 41-54.
- Grubbs, G. A. (1995). A comparative analysis of the sandplay process of sexually abused and nonclinical children. *The Arts in psychotherapy*, 22(5), 429-446.
- IJzendoorn, M. H. (1995). Adult attachment representations, parental responsiveness, and infant attachment: A meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview. *Psychological Bulletin*, 117, 387-403.
- Jaffe, L. W. (2012). *윽 심리학과 개성화*(심상영, 역). 한국심층심리연구소.
- Jackson, E. (1996). *Food and transformation. Imagery and symbolism of eating*. Inner city books.
- Kast, V. (1997). *Father-daughter, mother-son: Freeing ourselves from the complexes that bind us*. Element.
- Kallf, D. M. (1966). The archetype as a healing factor. *Psychology*, 9, 177-184
- Kallf, D. M. (2003). *Sandplay: A psychotherapeutic approach to the psyche*. Temenos Press.
- Linda, E. H. & Daniel, S. S. (2007). 모래상자 기법 실제 지침서(황명숙, 역). 학지사.
- Lowenfeld, M. (1939). The world pictures of children: A method of recording and studying them. *British Journal of Medical Psychology*, 18, 65-101.

- Manevsky, S. (2003). Fragile images of psyche. *Journal of Sandplay Therapy*, 12(1), 91-106.
- Miles, R. (2012). The gateway: Boundary, entrance and threshold. *Journal of Sandplay Therapy*, 21(2), 21-38.
- Sigel, D. (2001). Toward an interpersonal neurobiology of the developing mind: Attachment relationships, “mind sight”, and neural integration. *Infant Mental Health Journal*, 22(1-2), 67-94
- Sperling, M. B., & Berman, W. H. (1994). *Attachment in Adult*. Guilford Press.
- Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Sage.
- Turner, B. A. (2021). 모래놀이치료 핸드북(김태련, 강우선, 김도연, 김은정, 김현정, 박랑규, 방희정, 신문자, 신민섭, 이계원, 이규미, 이정숙, 이종숙, 장은진, 조성원, 조숙자, 공역). 학지사. (원서출판 2005)
- von Franz, M. L. (1972). *The feminine in Fairy Tales*. Shambala.
- von Franz, M. L. (1997). *Archetypal patterns in fairy tales studies in jungian psychology by jungian analysts*. Inner city books.
- Weinrib, E. L. (2004). *Image of the self: The sandplay therapy process*. Themenos Press.
- Yin, R. K. (2013). *Case study research design and methods*(3rd ed.). Sage.

투고일: 2023. 09. 25

수정일: 2023. 11. 15

게재확정일: 2023. 11. 22

## A Case Study of Sandplay Therapy for a Mother with Insecure Attachment and the Impact on Family Members<sup>\*</sup>

Bokyoung Kim<sup>\*\*</sup>

Hyeyoung Jo<sup>\*\*\*</sup>

Hyeweon Kim<sup>\*\*\*\*</sup>

### <Abstract>

The purpose of this study was to investigate the changes in a mother's attachment and emotional control resulting from Sandplay Therapy in cases of insecure adult attachment. Additionally, the study aimed to examine the changes in family perception and attachment to the mother's changes. One mother with a high insecure adult attachment score and her family were selected as subjects for this study. Attachment scales, emotional control scales, sentence completion tests (SCTs), and interviews were conducted before and after the therapy to study the subjects' changes in attachment and emotional control, as well as the changes perceived by family members. The mother then underwent 12 sessions of Sandplay Therapy. The results showed that: After Sandplay therapy, the mother's attachment and emotional control demonstrated positive changes. The mother's changes through Sandplay Therapy contributed to the improvement of the family's positive perception and attachment level. The Sandplay box underwent a process of individualization, leading to self-realization. In conclusion, Sandplay Therapy helps stabilize the attachment and emotion of insecure attachment mothers, and the changes in mothers have a positive impact on the perception and attachment of family members. A follow-up study, it is necessary to expand the number of study subjects by attachment type.

*Keywords : Sandplay Therapy, attachment, emotional control, insecure adult attachment*

---

<sup>\*</sup> This paper is a supplement and revision of the lead author's master's thesis in 2022.

<sup>\*\*</sup> Lead author, Haenajena Psychological Counseling Center

<sup>\*\*\*</sup> Co-author, Professor, Graduate School of Education Kongju National University of Education

<sup>\*\*\*\*</sup> Corresponding author, Associate Professor, Graduate School of Education Kongju National University of Education  
(wisdom77@gjue.ac.kr)



Copyright ©2023, Korean Society for Sandplay Therapy.

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

## **I . Introduction**

Recently, psychological counseling and intervention in parent-child relationships are gaining public attention, to the extent that the word “Geumjjogi”, which was used to refer to a child experiencing problems instead of his name in a TV program, is heard as a term that is not unfamiliar to the public. While examining through broadcasting, the process through which experts intervene for changes in children who display various problem behaviors, it is perceived that the children's problems show close relationships with parents' parenting behavior, and that the difficulties that parents show in parenting behavior are connected to the parents' experience in their family of origin in many cases. Of course, not all of the problems of all Geumjjogis who appeared on TV can be interpreted with this framework. However, the fact that parents' relationship experiences in their family of origin closely influence their relationships with their children in their current family is also addressed in many theories of family counseling, including Bowen's multigenerational transmission theory. In particular, this is emphasized in attachment theories, including Bowlby's one.

Attachment is an emotional bond with the primary caregiver formed in early childhood (Bowlby, 1958) and has fixed attributes. Childhood attachment is individuals' stable tendency and leads to adult attachment in adulthood to make practical efforts to gain physical and psychological stability by approaching and contacting one or more specific individuals (Sperling & Berman, 1994). Therefore, Van IJzendoorn (1995) stated that many psychological problems in adults stem from attachment, and that children's problems are also related to parental attachment, affecting their entire life, including emotions and interpersonal relationships. Eventually, early attachment experiences become the basis for adult attachment to forming the quality of attachment and internal working model, which results in secure adult attachment and insecure adult attachment. Therefore, those with secure adult attachment form stable relationships with others based on their beliefs and positive perceptions of themselves. However, those with insecure adult attachment experience difficulties in emotion regulation and psychological pain such as depression and anxiety by using maladaptive strategies and experience avoidance methods in situations of pain and stress. In most cases of insecure adult attachment, danger signals for threats are activated and attention is limited defensively, which impairs the ability to examine and reflect on one's experiences (Fonagy et al, 1995). In particular, since reflective functions are closely related to insight and the ability to empathize, when those with insecure adult attachment become mothers, they are unable to provide empathic understanding and psychological availability to their children due to difficulties in emotion regulation. Eventually, they become lacking in the ability to capture the child's intentions, failing in capturing the child's emotional reflection and psychological pain (David, 2007/2021).

Moreover, unconscious behaviors that imitate parents' emotional responses are passed down from generation to generation, preventing children from responding appropriately to their emotions and situations. Inappropriate responses to the child's situation and emotions eventually result in feelings of guilt toward the child, decreased efficacy in the role of parent, and inconsistent parenting attitudes. However, fortunately, the internal working model of attachment is not immutable, and the mother's reflective function helps form a secure attachment with her child and functions to mediate the intergenerational transmission of attachment (Fonagy et al., 1995). The psychoanalytic approach also viewed the mother's insight as a critical mediating factor in the corrective attachment experience (Fraiberg, 1980). In fact, Son (2014) reported that the ratio of 'earned secure attachment', which is classified as secure attachment in adulthood, despite that negative relationships with parents were experienced in childhood, was 22.7%.

However, since the first attachment pattern has its roots in the time before language acquisition, in order to change the attachment pattern, it is necessary to consider even the denied and fragmented experiences in the unconscious period, and in treatment, it is required to adjust even the non-verbal aspect. Sandplay Therapy includes the therapeutic properties as such. In Sandplay Therapy, the unconscious is consciousized while the unconscious world, which can be hardly verbalized, is embodied through symbols, psychological transformation of the client occurs, and internal healing and self-integration are achieved (Sim, 2007; Lee et al, 2012; Kalff, 1997). Sandplay safely expresses inner problems and wounds(河合隼雄, 1969/1994; Carey, 1999/2002; Lowenfeld, 1939), creates an inner world in the process of revealing the self, which is the center of the unconscious (Boik & Goodwin, 2000), and elicits the client's perception and insight more quickly than verbal counseling (Song & Lee, 2007). That is, Sandplay Therapy enables the experience of insight, which expresses latent unconscious desires and makes them conscious (Kalff, 1966), and enables reflection on the experience (Boik & Goodwin, 2000; Kalff, 1966).

Kalff (2003) perceived the fact that the matriarchal level of the mind is activated in Sandplay and emphasized that the mind must return to its initial level of development for healing. Sandplay provides a means of correcting mental collapse in adult clients due to early developmental damage and deficiencies by directly accessing the behavioral activation system of early development that is essential in a free and protected space (Turner, 2005/2021). The client approaches the totality of the human spirit through Sandplay in the unity of mother and child, and through the process of individuation, the mature ego is enabled to connect the self and the axis, ultimately leading to the process of integration (Rhi, 2021). In this case, the sandbox becomes an entrance into the client's inner side, and the stable and protected spatial characteristics of Sandplay Therapy and the material characteristics of the sand that is touched with the hand enables the client to find a clue to the source of the first sensation in the inner side (Kim, 2017). The expression of internal energy and the

creative transformation process revealed through hands are similar to mental transformation in analytical psychology (Koo & Han, 2018). Through the treatment process of Sandplay, stages of the individual's whole personification process appear (Ammann, 2001/2009).

To review previous studies that verified the effect by applying Sandplay therapy to cases where attachment problems are experienced, first, Lee (2017) stated that Sandplay is effective for mothers' pursuit of parenting experiences and acceptance of internal experiences because it helps mothers with insecure adult attachments explore their negative experiences and promotes the reflective function to look into problems from a different perspective. In addition, Jang (2018) reported that a mother with emotional vulnerability due to attachment problems recovered trust through Sandplay therapy with secure attachment within the unity of mother and child. Furthermore, a study conducted by Seo (2014) confirmed that sand play is effective in regulating the emotions of mothers with insecure adult attachment, and studies on sand play and attachment in children (Kwack, 2021; Kwon, 2010; Kim, 2007), and studies indicating that Sandplay is effective for parenting stress and parental reflection (Kim, 2006; Joo, 2021) and other studies commonly support that Sandplay therapy is effective for attachment, emotion regulation, and parenting issues. Therefore, Sandplay therapy can be an appropriate therapeutic intervention that helps clients break away from the shackles of difficulties due to insecure adult attachment by restructuring inner wounds and past experiences and improving the client's reflective function.

However, on reviewing numerous previous studies that have been conducted thus far, it can be seen that the studies are mainly focused on examining how attachment and related variables change through Sandplay therapy or developing Sandplay therapy programs (Seo, 2014; Choi, 2015; Han, 2016). In fact, attachment is formed through relationships, and oneself, family members, and interpersonal relationships are all included in the scope of its influence. Therefore, changes in attachment should be examined not only with the client, but also within the dynamics with important people that enter into relations with the client. In particular, when studying insecure adult attachment, it is important to understand changes in the attachment of the family of origin and children, centering around the client, emotion regulation, parenting situation, and the difficulties experienced by the client in overall daily life considering the intergenerational transfer of attachment. Practically, when dealing with counseling outcomes, reports from important people around the client become important data (Lee & Choi, 2020). Therefore, in this study, based on an empirical basis for clinical practitioners' application of Sandplay therapy to clients who have difficulties due to attachment problems, not only the Sandplay therapy experiences of a mother who has difficulties due to attachment damage, but also family members were included in study subjects to examine changes in the mother experienced and perceived by the family members based on a case study, and analyze the flow of the sandbox through Jung's process of individuation. The concrete research questions for the foregoing are as follows.

First, what are the changes in insecure adult attachment mothers who experienced Sandplay Therapy?

Second, what are the changes in family members following the mother's Sandplay Therapy?

Third, what are the changes in the Sandplay box of mothers with insecure adult attachment?

## II. Study Method

### 1. Study participants

In this study, study participants were recruited by posting recruitment notices for visitors to two Internet Mom Cafes and the M Counseling Center in C City from December 7, 2021 to December 13, 2021. The selection criteria for study participants are as follows. First, those who are interested in Sandplay Therapy and have no previous Sandplay Therapy experience. Second, those who are still experiencing emotional difficulties due to problems with their family of origin. Third, those who have children of elementary school age or older, and whose family members can be interviewed and examined before and after Sandplay Therapy. Fourth, those whose insecure adult attachment score is high in the adult attachment scale. There were a total of 23 study subjects who expressed their intention to participate in this study, and 10 subjects agreed to the study methods and procedures and satisfied the first, second, and third selection criteria. In this study, one mother with the highest insecure adult attachment score in the adult attachment scale and her family members were selected as study participants. Information on study participants was collected through the process of Sandplay Therapy, pre- and post-tests, and interviews, and the characteristics of study participants are as shown in Table 1.

**Table 1. Characteristics of study participants**

No.	Participant	Sex	Age	Occupation	Special note
1	Mother with insecure adult attachment (client)	Female	40	Office job	Sandplay Therapy recipient She received counseling at an oriental medicine clinic one time due to heart palpitations and headaches 8 years ago and she got better thereafter.
2	Client's spouse	Male	38	Site staff	On leave due to injury while working Concerns about wife and worry about childcare
3	Client's child	Female	8	Elementary school first grader	Recently diagnosed with ADHD

## **2. Measurement tools**

### **1) Adult attachment scale**

To select study subjects with insecure attachment and measure their adult attachment, the Experiences in Close Relationships Scale (ECR) developed by Brennan et al. (1998) revised by Fraley, Waller, and Brennan (2000) into Experiences in Close Relationships Questionnaire-Revised (ECR-R), focusing on the item response theory, which was translated into Korean and validated through confirmatory factor analysis by Kim (2004) was used. The ECR-R consists of a total of 36 questions comprising 18 anxiety subscales and 18 avoidance subscales, and can be used to measure two factors: anxiety and avoidance. Each item is designed to be rated on a 7-point Likert scale, and reflects reverse scoring, so that a higher total score means a higher attachment tendency in the relevant area. The Cronbach's  $\alpha$  value of this scale in previous studies is .84~.91 (Kim, 2004; Kim, 2014). In addition, in the classification by Kim (2010) according to the scorecard, it was stated that avoidance scores of 55 points or higher indicate insecure avoidant attachment, anxiety scores of 60 points or higher indicate insecure ambivalent attachment, and avoidance scores of 55 points or higher plus anxiety scores of 60 points or higher, respectively, indicate insecure confused attachment.

### **2) Parent attachment scale**

To measure child's attachment to her mother, the Inventory of Parent and Peer Attachment-Revised (IPPA-R) made by revising by modifying the Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA) developed and produced by Armsden and Greenberg (1987) for children aged 10 to 20, which was translated, modified, and supplemented by Ok(1998) so that attachment to father and attachment to mother can be measured separately was used. The IPPA-R consists of a total of 25 items comprising three sub-dimensions: mutual trust (10 items), the quality of communication (9 items), and alienation (6 items), and each item is rated on a 5-point Likert-type scale and reflects reverse scoring so that a higher total score means that the attachment was formed more stably. The Cronbach's  $\alpha$  value of this scale in a previous study was .94(Kim, 2021).

### **3) Difficulties in Emotion Regulation Scale**

In order to examine how Sandplay Therapy changes the emotion regulation of the mother with insecure adult attachment, the Korean version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale(K-DERS) developed by Gratz and Roener (2004) and translated and verified in terms of the factor structure, reliability, and validity by Cho (2007) was used. The K-DERS consists of a total of 35 questions, comprising six sub-dimensions: difficulty controlling impulses (7 items), lack of attention and awareness of emotions (8 items), non-acceptability of emotions (7 items), lack of emotional clarity (3 items), limited access to emotion regulation strategies (6 items), and difficulties in goal-directed behavior (4 items). Each item is rated on a 5-point Likert-type scale, and reflects reverse scoring, so that a higher total

score means that there are more difficulties in emotion regulation. In a previous study, the Cronbach's  $\alpha$  value of the Difficulties in Emotion Regulation Scale was .94 (Kim, 2014).

#### **4) Sentence Completion Test (SCT)**

The SCT was used to examine changes in the pre- and post-perceptions and emotions of the study subjects. In this study, the tests for adults and children were used separately according to the subjects, and rather than independently interpreting the sentence completion test per se, the test results were used as data to find connecting points between the client's narratives expressed in the study process and understand meanings and changes.

### **3. Data collection**

#### **1) Pre-test**

Before Sandplay Therapy, the attachment scale, the Difficulties in Emotion Regulation Scale, SCT, and interview were administered to the mother, and the attachment scale, SCT test, and interview were administered to family members.

#### **2) Execution of Sandplay Therapy**

From December 21, 2021 to March 18, 2022, Sandplay Therapy was conducted for the mother with insecure adult attachment, once a week for 1 hour, for a total of 12 sessions. In the sessions, 11 sandboxes were made, and the 6<sup>th</sup> session was conducted with verbal counseling at the client's request. Sandplay Therapy expresses and recognizes hidden problems in the inner side and expands the meanings through metaphorical expressions in the safe environment of a sandbox (Linda & Daniel, 2007). Therefore, the counseling by session consisted of sharing daily routines for a week, freely decorating the sandbox, and verbally expressing the title, contents, and feelings of the sandbox. In order to protect the ethical aspects of the participants, this study explained the purpose and method of the study and obtained their consent before starting the interview, and the study was conducted after receiving their signatures on the consent documented into a written consent to study participation. In every session, the sandbox was photographed and analyzed after each session to check for changes in the client's Sandplay, and the contents of the counseling were recorded. In addition, in order to collect data for qualitative analysis, all counseling contents were recorded, and verbatim transcripts were created and analyzed.

#### **3) Post-test**

After Sandplay Therapy, identically to the pre-test, the attachment scale, the Difficulties in Emotion Regulation Scale, SCT, and interview were administered to the mother, and the attachment scale, SCT, and interview were administered to family members.

#### **4. Data analysis**

This study is a case study on Sandplay Therapy conducted with a mother with insecure adult attachment. The study consisted of a total of 12 sessions, once a week, 1 hour each, from December 21, 2021 to March 18, 2022, and one verbal counseling session (6<sup>th</sup> session) and a total of 11 sandboxes were analyzed to examine in-depth the aspects of changes in the client's attachment and emotions through the process of Sandplay Therapy.

A case study is the most appropriate method to fully understand the complexity of a case and consider its meaning. It is an understanding of acts that includes the complexity and specificity of a single case within a specific situation (Stake, 1995), and it is appropriate when in-depth understanding and exploration of a certain case is necessary (Creswell, 2015). Through this process, concrete information can be recognized based on various information obtained from study participants (Soung, 2020).

However, case studies have the disadvantage that it is difficult for researchers to secure objectivity, reliability, and validity in the process of collecting data by themselves. Therefore, much data must be collected in maximally diverse methods and the data must be synthesized and analyzed from various perspectives (Yin, 2013). Therefore, in this study, in order to supplement the limitations of the case studies and secure the validity and reliability of the study, first, in addition to 12 sessions of Sandplay Therapy with the mother with insecure adult attachment, pre-tests and post-tests (attachment scale, emotion regulation scale, SCT) and interviews were conducted. Second, pre- and post-tests and interviews were conducted with the Sandplay Therapy subject, her spouse, and her child, and the results were comprehensively analyzed. Third, empirical data were secured by taking pictures of the sandboxes by session. Fourth, the entire process was recorded and compared and analyzed with photos of the sandboxes and counseling records based on the transcription work. Fifth, in order to check whether the session process, change process, and analysis and interpretation of the sandboxes were appropriately carried out, a supervision was received from a Sandplay Therapy expert, and the contents were utilized.

Data analysis was conducted following the procedure presented by Yin (2013), and the first stage is to recognize the whole. While repeatedly reading the records, transcripts, and photos of each session, the overall flow was understood. The second stage was the theme recognition stage, in which changes in themes within the session were recognized and various literatures were referred to in order to identify changes in the actual process for a multifaceted interpretation. The third stage was a stage to analyze the theme of each session and classify common themes, and the meaning of each session was explored through academic insight and common themes were classified. Turner's perspective on content themes, analysis of symbols related to images in stories, and interpretation of psychological properties

(Lee & Lee, 2019), and Jung's active imagination were utilized. In the fourth stage, the derived themes were structurally integrated with the symbolic changes in the sandbox. Based on this, counseling was divided into early stage of counseling, middle stage of counseling, and late stage of counseling, and it was discovered that changes in each stage were connected to individuality and process. Therefore, the early stage of counseling was classified into an encounter with the shadow, the middle stage of counseling into an encounter with the animus, and the late stage of counseling into encounter with the self-archetype to analyze them in order to examine the inner side of the client who had difficulty due to insecure attachment and the process of achieving self-realization.

### **III. Case Overview**

#### **1. Characteristics and chief complaints of study subject**

The client was a 40-year-old woman who complained of emotion regulation problems, somatization symptoms (palpitations, headaches), and difficulties in parenting. She seemed to be blaming herself for her child's problems, and was clingy to her child (constantly checking her location, checking her body). She complained that even though she was trying to help her child solve problems, she felt helpless and often cried because she did not know how to help her child. During the counseling, the patient was often observed to shed tears and to exhibit behaviors such as holding her breath or speaking. It is understood that the client formed an insecure attachment between her violent father and helpless mother at a young age and grew up as a parentified child to protect herself, her younger siblings, and her mother. She experienced emotional stability after she met her current husband, but suffered from her child's physical problems from conception to three years after birth and her parents' divorce due to her father's violence that continued even after her marriage. The client always felt fear that the peace would be shattered even at the time when she seemed to be environmentally stable because her child's health was recovering and her parents in her family of origin divorced, and she displayed the thought that all the problems were her fault.

#### **2. Therapeutic approach**

Based on the results of an adult attachment test conducted in advance, the client was classified into an insecure adult attachment type with high levels of both attachment anxiety and attachment avoidance. The client who grew up as a parentified child is likely to have maintained relationships by suppressing and sacrificing herself, and is expected to have used a method of avoiding problems that arise in relationships. The client appears to have come to identify her with her child while raising her child whose life was in danger until the age

of three, and to have defended her anxiety in the form of controlling her child's behavior that revealed her child's autonomy and being obsessed with it. A wounded mother due to paternal imago or negative maternal complex is unable to respond spontaneously to her children (Von Franz, 1972). It seems that at the time of her visit, as negative feedback about her children, her husband's health issues, and the experience of not receiving empathy from her sisters were aggravated, she had reached emotional and physical limitations. Therefore, in addition to physical symptoms, the client was showing depression, lethargy, and confused emotions, and was complaining of difficulty in emotion regulation. People with insecure attachment are unable to clearly recognize their own emotions due to emotional suppression and tend to show exaggerated emotions, and the defense strategies of adults with insecure attachment hinder the development of reflective functions (Kim, 2010). The client's difficulties in emotion regulation due to insecure attachment and her negative internal working model inherited from her parents seemed to be affecting even her relationships with her children. Therefore, as a therapeutic approach, the focus was placed on improving the mother's reflective function through sand play, mediating the client's difficulties in emotion regulation and problems with the child, and helping changes toward secure attachment.

#### **IV. Sandplay Therapy Process and Study Results**

##### **1. Changes in the mother who experienced Sandplay Therapy.**

###### **1) Changes in insecure attachment and difficulty in emotion regulation**

The results of the pre- and post-tests to see how Sandplay Therapy changed the attachment and emotion regulation of the mother with insecure attachment are as shown in Table 2. It can be found that the scores in all sub-domains of the mother's insecure attachment and difficulty in emotion regulation have decreased, and it can be seen that the mother's level of insecure attachment and difficulty in emotion regulation have decreased through Sandplay Therapy. In particular, according to Kim's(2010) scorecard, it can be seen that the change in attachment scores shows that her insecure-disorganized attachment was changed into secure attachment.

###### **2) Changes in SCT**

The results of analysis of changes by comparing the mother's SCTs conducted before and after Sandplay Therapy are as shown in Table 3, and through the foregoing, it can be seen that Sandplay Therapy had a positive effect on the client's internal changes.

###### **3) Changes in client's behavior**

From the first meeting, the client was observed to be unable to hold back tears and used a

**Table 2. Pre- and post-changes in mother's attachment and difficulty in emotion regulation**

Division	Subdomain	Pre	Post	Difference (Pre-Post)
Insecure adult attachment	Attachment anxiety	107	54	▽53
	Attachment avoidance	75	38	▽37
	Insecure Adult Attachment Total	182	92	▽90
Difficulty in emotion regulation	Difficulty in impulse control	32	13	▽19
	Lack of attention to and awareness of emotions	28	13	▽15
	Non-acceptance of emotions	31	22	▽9
	lack of emotional clarity	13	6	▽7
	Limited access to emotion regulation strategies	27	11	▽16
	Difficulty performing goal-directed behavior	16	5	▽11
Difficulty in emotion regulation total		147	70	▽77

**Table 3. Changes in SCT**

	Item	Pre	Post
Home	12. Compared to other homes, at my home,	Many things happen	I am happy.
Mother	13. My mother	Is pitiful	strives for her own happiness and love me
	49. I liked my mother, but	I resented her	I expressed it as if I didn't like her.
	25. I think women	Have many things to give up	should be cozy like my mother. should have strong maternal love.
	26. My mother and I	Were not honest	understand each other now.
Childhood	45. A vivid childhood memory is	Happiness 1, Anxiety 99.	many happy memories too
	48. When I was young, my family	was always unhappy.	All made effort to do their best.
Father	19. The person I hate	Is my father	is a person without any sense of responsibility.
	50. My father and I	can never be happy again.	Can become much better.

behavioral strategy to control her anxiety by obsessively checking her child's position and body. In addition, she was aggravating problems by emotionally dealing with conflicts and disciplinary situations with her child. The client's appearance as such is consistent with the appearance of insecure attachment, in which emotion regulation is difficult due to a distorted view of self and others (Sigel, 2001). However, as Sandplay Therapy progressed, the client's facial expression gradually became brighter, and her appearance was changed into a positive appearance such as regulating her emotions, and using realistic coping methods. In addition, she gradually became possible to distinguish between her own emotions and others' emotions and to control anxiety ("Nothing happens even when the child is not around me"). In particular, emotion regulation brought about a change that she broke away from the previous appearance of mother, who was uncomfortable with physical contact and was unable to capture the child's emotional response, and became to come into contact with her child to block the intergenerational transfer of attachment ("There were times when I was so angry when the child made demands first or became angry, but now I take a step back and think about it.").

## 2. Changes in family members following mother's Sandplay Therapy.

### 1) Changes in the attachments of the spouse and child

When the study participant experienced Sandplay Therapy, the spouse's insecure adult attachment score decreased and the child's overall attachment score improved, indicating that the mother's Sandplay Therapy had positive effects on the family member's attachments. Changes in the attachment scores of the spouse and child are presented in Table 4.

**Table 4. Changes in the attachments of the spouse and child between the pre- and post-tests**

Division	Subdomain	Pre	Post	Difference (Pre-Post)
Spouse's insecure adult attachment	Attachment anxiety	40	32	▽8
	Attachment avoidance	54	50	▽4
Spouse's Insecure Adult Attachment Total		94	82	▽12
Child's attachment	Communication	43	45	△2
	Trust	46	49	△3
	A sense of alienation	24	28	△4
Child's Attachment Total		113	122	△9

### 2) Changes in the mother perceived by the spouse and children

With regard to changes in the study participants between before and after Sandplay Therapy,

**Table 5. Changes in spouse's SCT between the pre- and post SCTs**

Item	Pre	Post
5. Foolishly, what I fear the most is	is a life without any spouse.	Imagining my family without me.
9. The type of woman I want is	a wise woman like my spouse.	Someone who discusses with me while encouraging me, and does everything with me.
25. I think women are	Great.	delicate and lovely although they sometimes have emotional ups and downs.
28. Someday I	will try my best to become a respected father.	want to travel around the country with my wife.
35. Most families I know	Have some quarrels.	Are peaceful.

**Table 6. Changes between pre- and post-interviews with the spouse**

Item	Pre	Post
Motive for counseling and changes felt after counseling	"I'm worried about my wife. Since she tends to bother to worry, she feels hard... "It's hard to see that."	<p>"Compared to before the counseling, I see that she worries less and is more patient. (Previously) she tended to get angry over trivial things and I felt uncomfortable when I saw her getting angry, but now she has become relaxed a lot. "In the past, her score was 3 or 4 points (uncontrollable anger), but now it's about 7 or 8 points."</p> <p>"She is less angry while talking and she has more conversation."</p> <p>"If I used to worry about 10, now I worry about 4. "I haven't let go of all my worries, but I've improved a lot."</p>
What he want from his spouse	"I hope she would not worry too much and take care of herself."	"I hope she would not be sick."
Appearance at home	"I think she became more static. She looks listless and lethargic... Even at home, she is leaning against something..."	"These days, she try moves a lot and tries to exercise. "The amount of hanging off at home has decreased significantly."

**Table 7. Changes in child's SCT between pre- and post- SCTs**

Item	Pre	Post
My family	Is ordinary	is happy
5. I	Am so happy	Am happy because I have mother and father
13. What I'm most worried about is	Mom and Dad getting hurt	Nothing
27. The wish I want to achieve is	Living happily without mom and dad fighting	Becoming an actress or celebrity
29. What I want most is	Elder sister	UFO(Spaceship)
30. When I grow up later	I want to wear summer pants even in winter.	I want to become an actress

**Table 8. Changes between pre- and post-interviews with the child**

Item	Pre	Post
My mom	<p>"I like Mom. I like her when she hugs me. But she scolds me when I did something wrong. (Omitted) When (I) say something bad. There are times when I say, 'Die, get out.' Then mom cries. 'I try to apologize to my mom, but she's crying and thus I am embarrassed and annoyed.'"</p> <p>"(How does my mom feel when she looks at me) she loves me and likes me..." But I don't like not being able to do what I want to do. I can tell through her eyes that she is upset. Her mind is transmitted to me 'she was upset'... I'm sad... . Actually, it was burdensome."</p> <p>"When I grow up later, I want to wear summer pants even in the winter. Because my mom doesn't let me do what I want."</p>	<p>"Mom is a good person. "She frowns when she sees me, but that's because she's joking."</p> <p>"Mom and I have a good relationship."</p> <p>"I like my mom, but there are times when I hate her. When she gets angry. By the way, her anger decreased a lot."</p> <p>"I think mom will listen to me now."</p>
Relationship between parents	"good. But when I did something wrong, they scold me together."	"I think the relationship between mom and dad is good. They walks around with their arms crossed. "I think it's good that they reconcile even if they fight with each other."
Motive for counseling and changes felt after counseling	"I wish they would not curse..." . "This bastard, no fun, I'm scared."	"She gets less angry. Cases where Mother does as she pleases has diminished... . "If it was a 10 points for her to do whatever she wants before, it is 0 point now."
What I Want from My Mom	"Not getting annoyed"	"I don't want anything. At this degree, I think she's making efforts. "I get scolded less and I'm thankful and feel good."

changes in the perception of the spouse and the changes perceived by the child were checked centering around the pre- and post-SCTs and interviews, and it can be seen that the mother's Sandplay Therapy made the family members improve their positive perception of the. Changes in the mother perceived by her spouse and child are presented in Tables 5 to 8.

### **3. Sandplay Therapy process**

Trauma or deprivation in early life hinders psychological growth, but in Sandplay Therapy, the person revisits the point of trauma or deprivation (Kalff, 1966), and symbolic expressions in Sandplay Therapy form a flow of energy and a new mind and spirit to bring about the development of preconscious and integrates with the self. A successful self eventually leads to the development of a healthy self (Sim, 2007). Meanwhile, women must find their identity as they become mothers, but it is difficult for women with a negative mother complex to fill the feminine space with positive things (Kast, 1997). In middle age, along with external stress, internal frustration, anger, and self-pity cause conflicts to promote individuation (Jaffe, 2012).

Jung said that the essence of Sandplay is a process of individuation and set the goal of analytical psychology as approaching the totality of the human mind through turning the unconscious in the human mind into consciousness (Rhi, 2021). Adults' individuation is a process for the mature ego to connect itself with the axis to reach integration, in which the shadow is recognized so that the complex is resolved, the positive and negative aspects of the anima and animus are integrated, and self-realization is achieved through the experience of rearrangement of the self and rebirth of the ego (Rhi, 2011). Therefore, in this study, the Sandplay Therapy process was divided into three stages - early stage of counseling, middle stage of counseling, and late stage of counseling according to Jung's individuation process, and each stage was divided into meeting with the shadow, meeting with the animus, and meeting with the self-archetype for analysis. During a total of 12 counseling sessions, 11 sandboxes were created.

#### **1) Early stage (sessions 1-2): Meeting with the shadow**

The shadow is a task that must be solved for self-realization. The contents of the unconscious, which are closest to consciousness, are expressed as shadows, and the shadows are revealed through projection (Kim, 2006). In the first session, the client touched the sand for quite a while before she created a hut where she could rest, saying that it was a house on the sea. The first sandbox is important because it provides insight into the client's problems and indicates what is consciously or unconsciously needed for prognosis (Moon, 2010). Contact with sand causes regression to activate archetypes in the early stages of sensory development (Manevsky, 2003). The lower left end is the area of the unconscious

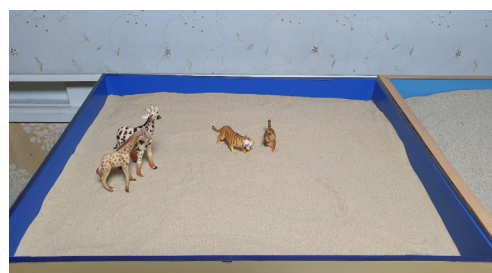
(Ackroyd, 1993/1997; Ammann, 1994) and is empty, reflecting the client's empty life (Linda & Daniel, 2007), and the sea also represents the unconscious (Ackroyd, 1997). Flowers are a symbol of liberation, resolution, and true feelings of sadness (Ammann, 2001/2009). It was revealed that the empty and depressing emotion on the sandbox was in contact with the shadow. The thatched house is old, so that it seems that a safe and solidly filled mental house should be made hereafter. Grubbs (1995) said that families' situations are expressed through human or animal figures. In the second session, the relationships between her and her father and between her and her daughter were projected as a tiger, revealing tension and aggression. Their appearances which resemble each other are a shadow of her giving her child the same wounds she received from her father. Meanwhile, the giraffe, an herbivore, is disregarding the shadow. The client seems to need a process of facing the animus by recognizing the meaning of the emotional difficulties currently felt and the shadow of the family of origin and the relationship between the client and the child.

*"I'm angry with myself. I express it to my child. I thought it was because I raised her wrong. Because I raised her wrong and did not treat her lovingly... I think I treated her cold-heartedly in many times. The words my child said over and over again were 'hug me, look at me...'. Because I was afraid she would grow up spoiled... I think I was trying to push my child away when she approached me. I think it was difficult because the more I hugged her, the more she asked me to hug her. ... (omitted)... I don't remember my mom hugging me. I think I felt sorry for my mother and could not badger her. Even though I didn't receive love... (omitted)... My relationship with my child is just like my relationship with my father. Dad was scary too, but I fought back... 'I think he did it to protect me. ...'."*

*- Session 2 Sandplay story*



**Figure 1. Session 1 sandbox**



**Figure 2. Session 2 sandbox**

## **2) Middle stage (sessions 3 to 9): Meeting with the animus**

The anima and animus include the individual's unconscious content and archetypal elements (Kim, 2006), and the animus is a mediator that connects the self and the unconscious,

leading to the deep center of the whole mind (Rhi, 2011). In Session 3, the girl doll is her daughter, and the teddy bear is herself. She wears clothes of the same color and plays house with her daughter, placing a watering can and food between the two. Session 4 is a memory from her childhood of peeling and eating tangerines, eating radish and eggplant in a warm room on a snowy winter day while watching TV with her family. This are the warm memories of her dad waking her up by tapping her butt even in a harsh environment with rats running around the ceiling, and the good memories she had in it (the smell of food, the warmth, etc.). In sessions 3-4, the expression of archetypes and food are preparation for meeting the animus, and preparation for meeting the true self while nurturing herself and her child. The food is a symbol of nurturing (Park, 2011; Turner, 2005/2021) and a symbol of peace, resolution of discord, intercommunion, and vitality ((David, 1993/2002), and the act of sharing food is a basic sense of solidarity establishing the same identity of family and group members. (Jackson, 1996). In session 3, playing house and food inform that inner healing through re-parenting is beginning. In session 4, traveling to the past made her meet the sad animus that existed in happiness with family members.

*“It seems that the present keeps overlapping with my childhood. The reason I was most anxious when my child entered school was because my unhappiness began when I entered school... .”*

*“When I visit my dad at the nursing home, he asks, ‘Are you sick?’ despite that he is not intact. Then, I thought that my dad was living comfortably there without thinking, so I should get revenge on him. But now I think I can talk about it with a smile. (omitted) I thought it was a bad memory, but it seems to have become a good memory. “Except for what my dad did wrong, I have a lot of good memories.”*

*- Session 4 Sandplay story*

In session 5, the client came near the counselor while saying, “I want to find a car... . I don’t know why I came here,” and then went back to the sandbox, pounded the sand with her hands to flatten it, and then made a path with her hands. She placed a black car on top of it and a police car behind it. She exposed the floor on the left side of the road to create a river, put the doll face down, and reproduced the scene of the accident of his father, who had barely slept, drove drowsily, crossed the center line, and crashed into the river before she was 8 years old. She said she was thinking, ‘How scared was Dad? How did my dad feel?’, and delivered the news that she had been to see her dad in almost a year since the last time she saw her dad. Pounding sand has the meaning of healing (Turner, 2005/2021) and expresses the desire for the act of stroking or being stroked (Amman, 2001). Vertical expression, which is opposed to the plane and horizontal, which are actual entities, is essential and transcendental (Cooper, 1994). Fall is the solidification of alchemy that creates

something new. Therefore, the fall means going up mentally and then coming down and being changed to be realistic (Sim, 2020). In session 5, the client, who experienced a sense of stability by confirming a safe space with the counselor, transcends time and space and goes deep into her inner world (Bradway, 1997), and recognizes the negative animus that was not digested and remained as guilt through her father's accident. The animus, which has been suppressed in the unconscious, appears as a male doll fallen face down and attempts to confront and resolve the unresolved, inherent conflict.

*"If mom runs away... Such anxiety...Mother was hard pressed a lot. Unless you... I think she said those words over and over again every day. But I said those words to my child (crying). I think I was most afraid that the child would hate me the same way I hated my mother. (omitted)... I thought that if I understood my father, I would hate my mother. I also hated my mom a lot, but I thought if understood my dad, I would be on his side... Feeling guilty towards my mom... So, even though my father seemed to be hard pressed, I could not show that I understood it.."*

*- Session 5 Sandplay story*

Session 6 was conducted through verbal counseling as the client showed an unstable emotional state, such sudden anxiety, and an inability to hold back tears, due to the child's diagnosis of ADHD. In session 7, the client placed a ballerina and a cello, saying that they were what she was envious of. The client says that the ballerina outside the boundaries is her in her childhood and her child of now. Her mother and she is watching the scene as such in a comfortable sitting position. Femininity develops within the consciousness of relationships and evokes reflection, deliberation, and awareness in women's consciousness (Kim, 2006). In the three-generational relationship between mother and daughter, the mother's imago stimulates fantasy, and the emotions revived through music and dance have conversations while filling the gaps in childhood that were left behind not being able to grow up. Through the foregoing, the animus began to be objectified. In session 8, the client made the memories of going out to play with her family members of now, and in session 9, she made the scene of her playing in the yard as a child. The figure 3 symbolizes infinite, dynamic, and concrete abilities (Eastwood, 2002). Plants are one of the symbols of wholeness, and she enters into a relation with the unconscious, just like the relationship between plants and the land (von Franz, 1997). The appearance of plants in sessions 8 and 9 is an expression of vitality and maternal instinct reviving in the inner side (Cooper, 1994), and activated femininity embraces the animus in the inner side. The figures of three family members that appeared in session 8 reflect concrete and realistic figures, unlike the animals shown in session 2. Water is associated with the world, the universe, and the womb, and is the source and grave of all possibilities (Eom, 2014). The bridge is a symbol of connection and communication (Miles, 2012) and becomes a passage between consciousness and



Figure 3. Session 3 sandbox



Figure 4. Session 4 sandbox



Figure 5. Session 5 sandbox



Figure 6. Session 7 sandbox



Figure 7. Session 8 sandbox



Figure 8. Session 9 sandbox

unconsciousness that connects the outside and inner worlds, enabling the ego and self to interact (Kwack, 2021). The water and bridge in the session 8 sandbox break away from the basic insecure attachment relationship and restructure the maternal instinct to restructure the damaged ego-self axis(Jang, 2017). However, the energy and quantity are still insufficient. In session 9, the dwarfs are the young egos, and unlike their realistic parents, the three dwarfs in the fairy tale are healing on the inner side by restoring their purity through the dynamics of play. The ego that has been nurtured and grown strong overcomes the complex of maternal instinct (Jang, 2017), and became to promote the balanced development of the animus through inner growth and healing.

*"I became to think that my mother must have been hard pressed and had a lot of worries when I became an adult, but recently, when I was having a hard time, I often felt that my daughter was hateful when she was innocent. I think, 'My mother must have been like me at that time.' I think these memories help me understand my daughter."*

*- Session 9 Sandplay story*

### **3) Late stage (sessions 10 to 12): Meeting with self-archetype**

The self is all human mental phenomena encompassing the consciousness and unconsciousness, and is revealed through the consciousization of the unconscious (Kim, 2006). In session 10, the soldier behind the TV is her father and the big doll is her. It is her figure who quitted studies because she wanted to defy and break away from her father but could not leave and withstood to protect her mother and younger brother. Soldiers symbolize conflict, aggression, struggle, and fear of extinction (Jang et al. 2007). Having broken away from identifying herself with her parents and awakened through consciousness, she finally manifests herself the self through a large doll reading a book. The animus developed in an integrated and balanced way, establishing herself as a strong and rational 'I'. Session 11 shows the figure of the client standing back and watching her daughter pouring water. The grown self has changed into a caring maternal instinct (Kim & Kim, 2021), and is ready to approach her child in a new and desirable figure. In session 12, she expresses her daughter and herself by expressing her figure lying down to sleep with her daughter on the left side, her figure when she disregarded her child's request to put her to sleep on upper right side, and her figure scolding her child on the lower side shows. Then, she drew a circle with her finger. The doll wearing the mask is her (mother), and the human doll is her child. She says that the figure of her when she was angry at her child in the past must have been felt like a devil by the child, and that it seemed like her previous self and her mother. The dynamic ego energy represented by the figure 3 is integrated with the scary mother and the good mother to become The Great Mother (Kwack, 2021). Jung said that all things in the unconscious appear as events and phenomena, and that personality also develops within various unconscious conditions and is experienced as a whole (Rhi, 1990). In addition, the process of individuation takes place within the collective bond (Ammann, 2001/2009). Finally, the client became an individual being in the dream that she dreamed with her eyes open. While looking at the figures of her child and herself seen through the dream in the sandbox, she distinguished personas and reached wholeness while fully revealing herself in dreams, the past, and reality through her archetype. She understood herself, who could not grow and had been hurt, and achieved self-realization in her figure who want to raise her child as an intact mother.

*"My life seemed depressing and ugly, but I felt like I held out and lived well. In the past, I thought people hated me because I was bad... . "I think now that*

*there are a lot of people who like me.”*

*- Session 12 Sandplay story*



Figure 9. Session 10 sandbox



Figure 10. Session 11 sandbox



Figure 11. Session 12 sandbox

## V. Conclusion and Suggestion

This study was intended to examine what changes Sandplay Therapy for a mother with insecure adult attachment brought about in the mother herself and her family members and to explore the meanings of the changes, and the main results are as follows.

First, on reviewing the changes in the mother with insecurely attached who experienced Sandplay Therapy, it can be seen that Sandplay Therapy helped reduce the degree of the mother's insecure attachment and alleviate difficulties in emotion regulation. This is supported by the decrease in the mother's scores on the Adult Attachment Scale and the Difficulties in Emotion Regulation Scale, the interview contents that read, “I am happy because my child seems to have improved, and I am grateful that my child shares his concerns with me.”, “There were times when I was so angry when the child made demands first or became angry, but now I take a step back and think about it.”, and when I was young, everyone in my family tried to do their best (SCT 48), and changes in SCT. In addition, the reproduction of traumatic experiences (session 5), reparenting (sessions 3, 4, 11), and emotional changes

(sessions 7, 8, and 9) on sandboxes are share pulse with previous studies indicating that Sandplay Therapy shows positive changes in the restructuring of initial attachment experiences and can be a concrete intervention method for clients who show attachment-related difficulties (Seo, 2014; Chung & Kim, 2006). It can be seen that the above results support the study finding indicating that Sandplay Therapy is a protective factor when mothers with secure attachment who have earned emotion regulation from positive attachments (Son, 2014), and are consistent with the study indicating that Sandplay Therapy is effective for emotion regulation (Sim, 2020). Therefore, through this study, it can be seen that Sandplay Therapy is effective in reducing the emotional difficulties of clients, and that emotion regulation helps in the re-formation of secure attachment.

Second, on reviewing changes in family members following Sandplay Therapy for the mother showing insecure adult attachment, it was found that the decrease in the degrees of mother's insecure attachment and difficulty in emotion regulation contributed positively to changes in the perception and attachment of family members. This can be confirmed with an improvement in the child's secure attachment score, a decrease in the spouse's insecure adult attachment score, the contents of interviews with family members that read, "I am less angry," "My mom and I have a good relationship," and I am happy because I have mom and dad (Child SCT 5), and SCT results. The changes in family members are consistent with a previous study indicating that Sandplay Therapy promotes changes in internal representations through corrective attachment experiences with counselors, thereby improving the positive parenting behavior of mothers with insecure attached (Chung & Kim, 2006), and a previous study indicating that Sandplay Therapy improves emotional control abilities to affect marital satisfaction(Seo, 2021). Eventually, it can be seen that Sandplay Therapy helps changes in the attachment patterns and emotion regulation abilities of mothers with insecure attachment, which in turn leads to changes in child-rearing behavior and changes in marital relationships.

Third, on reviewing changes in the sandboxes of the mother with insecure attachment, it can be seen that she realized that her child's problems and her problems were connected to the parents of origin, and restored trust through secure attachment within the sense of unity of mother and child. The recovery of attachment through re-nurturing and insight is a process of individuation that leads to self-realization by recognizing the shadow and strengthening the ego. Within the sense of unity of mother and child, the counselor played the role of a safe base as a container for the client, and through this, the client was able to strengthen her ego, improve her reflective function, and embark on a journey of self-realization. In the entire life, the integration of opposites through mental conflicts or the expression and acceptance of suppressed emotions are expressed through symbols, promoting the experience of individuation (Lee, 2005).

In this case, the client laid out her life from childhood to adulthood like a panorama in a sandbox. In the early stage, she expressed regressive figures and stagnant emotions through contact with sand, and recognized the projective shadows of insecure attachment with tigers and giraffes. In the middle stage, she overcame and integrated her complex by connecting her childhood and her current misfortune, looking into her parents' animus and her animus, re-nurturing through food, circulating emotions through musical instruments and plants, and activating energy and maternal instinct. In the late stage, she finally declared intact herself with a large doll, accepted herself in the past who turned away from her child and was wounded, expressed the integration of opposites as an archetype, and achieved self-realization on the sand. This is consistent with a process of individuation of a middle-aged men through Sandplay Therapy (Seo, 2019), and the processes of individuation that appeared in the Sandplay Therapy for a middle-aged single women who grew up as a child of single mother (Weon & Cho, 2022), and a case study of Sandplay Therapy for the individuation process of a middle-aged women with attachment problems (Jang, 2018).

This study utilized the characteristics of a case study to confirm that Sandplay Therapy helps mothers who have difficulties due to attachment problems form an earned secure attachment and brings positive changes in emotion regulation. In particular, this study is quite significant in that by involving not only the client but also her family members as study subjects, it analyzed changes in the client including even the eyes of her family members, and confirmed that positive changes in the clients influenced changes in attachment and positive interactions of family members. In addition, through analysis of the Sandplay boxes, this study confirmed that the process of being re-formed into a secure attachment is in touch with the individuation process leading to self-realization of middle-aged women.

Finally, the limitations of this study and suggestions for follow-up studies are as follows. First, this study conducted Sandplay Therapy on only one mother who showed insecure adult attachment, and examined the change process over three months. Therefore, in follow-up studies, it will be necessary to expand the number of study subjects by attachment type and check the degree of maintenance of changes through follow-up counseling to present the effectiveness and reliability of changes in attachment patterns through Sandplay Therapy.

Second, this study examined changes in family members following the mother's Sandplay Therapy in a single family, focusing on changes in 'attachment' and 'emotion regulation', and it is inferred that the client with a high motive for changes and the characteristics of the family members who were relatively cooperative had positive effects on bringing about therapeutic results in a short period of time. In follow-up studies, it will be necessary to apply Sandplay Therapy to families that show more diverse characteristics and examine changes in individuals and family members through Sandplay Therapy from a multifaceted perspective.

Third, this study examined the change process of the client and her family members focusing on qualitative data, and since pre-post scores were not measured using a scale with a standard scoring system, there are limitations in clearly describing how much meaningful interpretations the changes in pre-post scores will enable. Therefore, in follow-up studies, it is necessary to provide clearer evidence for changes through Sandplay Therapy by measuring pre- and post-scores using a scale with a clear and concretely interpretable standard system.

Despite the above limitations, this study provides clients who have difficulties due to insecure attachment with a basis for a hope that the chain of intergenerational transmission of insecure attachment can be broken and the insecure attachment can be transformed into secure attachment. It is hoped that the results of this study can be used as basic data to develop counseling treatments and programs that can help buffer the intergenerational transmission of attachment and promote changes into earned secure attachment.

## References

- Ackroyd, E. (1997). *A dictionary of dream symbols: With an introduction to dream psycholog.* (B-J. Kim, Trans.). Cassell Illustrated. (Original work published 1993).
- Ammann, R. (1994). *Healing and transformation in sandplay: Creative processes become visible.* Open Court Publishing.
- Ammann, R. (2009). *Der schöpferische weg der persönlichkeitsentwicklung* (Y-K. Lee, Trans.). Olten. (Original work published 2001).
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-453.
- Boik, A. L., & Goodwin, E. A. (2000). *Sandplay therapy: A step-by-step manual for psychotherapies of diverse orientations.* W. W. Norton & Company.
- Bowlby, J. (1958). The nature of child tie to his mother. *International Journal of Psycho-Analysis*, 39, 350-373.
- Bradway, K. (1997). *Sand play: silent workshop of the psyche.* Routledge.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76), Guilford Press.
- Carey, L. J. (2002). *Sandplay Therapy.* (J-S. Lee, I-S. Ko, Trans). Hanampc. (Original work published 1999).
- Cooper, J. (1994). *A dictionary of world cultural symbols in pictures* (Y-K. Lee, Trans.). Kkachi.
- Cho, Y-R. (2007). Assessing emotion dysregulation: Psychometric properties of the Korean

- version of the difficulties in emotion regulation scale. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 26(2), 1015-1038.
- Choi, Y-Y. (2015). *The effects of sand play therapy on parenting stress of mothers with early childhood, parenting efficacy and self understanding*. Graduate School Namseoul Digital Information University.
- Chung, K-S., & Kim, M-J. (2006). Effects of sand-play therapy program for mothers with insecure attachment relationships with their children. *The Journal of Korea Open Association for Early Childhood Education*, 11(3), 125-143.
- Creswell, J. (2015). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research*. Pearson.
- David, F. (2002). *The secret language of symbols*. (S-J. Choi, Trans). Moonhakdongnea. (Original work published 1993).
- David, J. W. (2021). *Attachment in psychotherapy*. (J-S. Kim, J-Y. Lee, S-K. Yoon, Trans). Hakjisa. (Original work published 2007)
- Eom, M-Y. (2014). Water: A symbol of potential, *Journal of Symbols & Sandplay Therapy*, 5(1), 59-71.
- Eastwood, P. S. (2002). *Nine window to wholeness*. Sanity Press.
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Leigh, T., Kennedy, R., Mattoon, G., & Target, M. (1995). Attachment, the reflective self, and borderline states. In S. Goldberg, R. Muir, & J. Kerr (Eds.), *Attachment theory: Social, developmental and clinical perspectives*. The Analytic Press.
- Fraiberg, S. (1980). *Clinical studies in infant mental health: The first year of life*. Basic Books, Inc.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350-365.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 36, 41-54.
- Grubbs, G. A. (1995). A comparative analysis of the sandplay process of sexually abused and nonclinical children. *The Arts in psychotherapy*, 22(5), 429-446.
- Han, S-H. (2016). *The effects of sandplay therapy on depression and stress from child rearing in mothers with disabled children*. Graduate School Namseoul Digital Information University.
- IJzendoorn, M. H. (1995). Adult attachment representations, parental responsiveness, and infant attachment: A meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview. *Psychological Bulletin*, 117, 387-403.
- Jackson, E. (1996). *Food and transformation. Imagery and symbolism of eating*. Inner city books.

- Jaffe, L. W. (2012). *Jung Psychology and Individualization*. (S-Y. Sim, Trans). Center for Delth Psychology in Korea.
- Jang, M-K., Yoon, H-K., & Kim, Y-J. (2007). *Sandplay therapy*. Hakjisa.
- Jang, M-K. (2017). *Analytical psychological sandplay therapy*. Hakjisa
- Jang, K-H. (2018). A case study on the sandplay therapy in relation to the individuation process of a middle-aged woman with attachment problems. *Korean Journal of Sandplay Counseling*, 14(2), 1-29.
- Joo, H-Y. (2021). *The effects of directive sand tray play on the parenting stress of mothers with depressive tendency*. Graduate School of Daegu University. Rehabilitation Science.
- Kast, V. (1997). *Father-daughter, mother-son: Freeing ourselves from the complexes that bind us*. Element.
- Kalff, D. M. (1966). The archetype as a healing factor. *Psychology*, 9, 177-184.
- Kalff, D. M. (2003). *Sandplay: A psychotherapeutic approach to the psyche*. Temenos Press.
- Kim, B-A. (2006). *Analytical psychology and sand therapy*. Catholic book.
- Kim, B-A. (2017). *Sandplay therapy: Theory and practice*. Hakjisa.
- Kim, H-W. (2014). The mediational effect of difficulties in emotion regulation and marital dissatisfaction in the relationship between parents' adult attachment and parenting behaviors: Focusing on actor and partner effects. Unpublished doctoral dissertaion. Graduate School Ewha Womans University.
- Kim, M-J. (2006). The development and effects of a program applied sand-play therapy to improve mother-child attachment relationship. Unpublished doctoral dissertaion. Graduate School, Pusan National University.
- Kim, M-K. (2007). A case study of the Sandplay therapy on the social development and play development of child with reactive attachment disorder. *Asian journal of education*, 8(1), 1-23.
- Kim, M-Y., & Kim, M-Y. (2021). A single case study in which a child who has experienced the emotional changes in Sandplay therapy. *The Journal of Humanities and Social science*, 12(5), 2617-2632.
- Kim, N-Y. (2021). The mediating effects of basic psychological needs and depression on the relationship between parental attachment and career maturity perceived by college students. Unpublished master's thesis. Graduate School of Social Education, Myongji University.
- Kim, S-H. (2004). Adaptation of the experience in close relationships-revised scale into Korean: Confirmatory factor analysis and item response theory approches. Unpublished master's thesis. Graduate School of Seoul National University.
- Kim, S-J. (2010). *Attachment disorder and therapy play*. Gongdongche.
- Koo, S-K., & Han, Y-J. (2018). A case study of Sandplay therapy through which a child's mother integrates the shadow as part of her personality. *The Journal of Play Therapy*. 22(3), 87-104.
- Kwack, S-K. (2021). A study about symbols in sandplay therapy process of child who

- experienced attachment trauma. Unpublished master's thesis. Graduate School of Technology Management Kyung Hee University
- Kwon, M-S. (2010). The study of the common significance and the process of a change in self-esteem and interaction that is shown in the Sandplay therapy when the attachment-deficient children with mother. *Korean Journal of Interdisciplinary Therapy*, 2(2), 49-71.
- Lee, K-H. (2005). A study on the relationship between self-differentiation and self-identification and development of middle-aged women. Unpublished master's thesis. Graduate School of Seoul Women's University.
- Lee, J-S., Sim, H-o., & Han, Y-J. (2012). *Sandplay Therapy- A guidebook for psychotherapists*. Hakjisa.
- Lee, J-Y. (2017). *A case study on directed sandtray play for improvement of parent reflection of mothers with insecure attachment*. Unpublished master's thesis. Graduate School of Daegu University.
- Lee, S-H., & Choi, I-H. (2020). *Consultation skills training through self-supervision for novice counselors*. Hakjisa.
- Lee, Y-J., & Lee, J-S. (2019). A study about the maternal symbols in the Sandplay therapy process of the child who experienced relationship trauma. *Korean Journal of Child Psychotherapy*, 14(2), 77-96.
- Linda, E. H. & Daniel, S. S. (2007). *Sandtray: A practical manual* (M-S. Hwang, Trans.). Hakjisa.
- Lowenfeld, M. (1939). The world pictures of children: A method of recording and studying them. *British Journal of Medical Psychology*, 18, 65-101.
- Manevsky, S. (2003). Fragile images of psyche. *Journal of Sandplay Therapy*, 12(1), 91-106.
- Miles, R. (2012). The gateway: Boundary, entrance and threshold. *Journal of Sandplay Therapy*, 21(2), 21-38.
- Moon, C-R. (2010). *The story of the sandplay box*. Edam Books.
- Ok, J. (1998). The relationship between attachment security and depression in adolescence: Focusing on the mediating effect of perceived competence. Unpublished master's thesis. Graduate School Ewha Womans University.
- Park, S-M. (2011). Comparison of the expression patterns according to the type of adult attachment and the stories shown in the Sandplay therapy. Unpublished master's thesis. Graduate School Namseoul University.
- Rhi, B-Y. (1990). *"Memories, dreams, and ideas" by Carl G. Jung*. Jipmundang
- Rhi, B-Y. (2011). *Analytical psychology*. Iljokag
- Rhi, B-Y. (2021). *Shadow*. Hangilsa
- Seo, J-H. (2021). The effects of adult attachment on marriage satisfaction: mediating effects of emotional dysregulation and dyadic coping. Unpublished master's thesis. Graduate School Keimyung University.
- Seo, S-H. (2019). A case study on the sandplay therapy for a middle aged man's

- individuation process. *Korean Journal of Sandplay Counseling*, 15(1), 47-75.
- Seo, Y-J. (2014). Influence of sand tray play on emotional regulation: An insecure adult attachment case study. Unpublished master's thesis. Graduate School of Daegu University.
- Son, J-M. (2014). The study on characteristics of the earned secure attachment mother: Focused on infants' attachment, emotion regulation strategies and marital satisfaction. Unpublished master's thesis. Graduate School of Ewha Womans University.
- Song, Y-H., & Lee, J-J. (2007). Analysis of counselor and client verbal response interaction in self-analysis process using sandtray: Focusing on play therapist trainee. *The Journal of Play Therapy*, 11(3), 129-140.
- Sigel, D. (2001). Toward an interpersonal neurobiology of the developing mind: Attachment relationships, "mind sight", and neural integration. *Infant Mental Health Journal*, 22(1-2), 67-94.
- Sim, H-O. (2007). A case study of sandplay therapy of a primary school child having a difficulty in affect regulation. *The Journal of Play Therapy*, 11(3), 41-65.
- Sim, H-O. (2020). The birth and differentiation of consciousness through Sandplay therapy of a five years old boy who had to separate from his own mother, *The Journal of Play Therapy*, 12(3), 61-83.
- Soung, T-J. (2020). *Research Methodology*. Hakjisa.
- Sperling, M. B., & Berman, W. H. (1994). *Attachment in Adult*. Guilford Press.
- Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Sage.
- Turner, B. A. (2021). The handbook of sandplay therapy (T-R. Kim, W-S. Kang, D-Y. Kim, E-J. Kim, H-J. Kim, R-G. Park, H-J. Bang, M-J. Shin, M-S. Shin, G-W. Lee, G-M. Lee, J-S. Lee, J-S. Lee, E-J. Jang, S-W. Cho & S-J. Cho, Trans.). Hakjisa. (Original work published 2005)
- von Franz, M. L. (1997). *Archetypal patterns in fairy tales studies in jungian psychology by jungian analysts*. Inner city books.
- von Franz, M. L. (1972). *The feminine in Fairy Tales*. Shambala.
- Weinrib, E. L. (2004). *Image of the self: The sandplay therapy process*. Themenos Press.
- Weon, S-A., & Cho, K-S. (2022). A case study of sandplay therapy of a single middle-aged woman raised by a single mother. *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 22(4), 641-666.
- Yin, R. K. (2013). *Case study research design and methods*(3rd ed.). Sage.
- 河合隼雄 & 中村雄二郎 (1994). *Sandplay therapy* (J-K. Sim, Trans.). Yangyeonggak. (Original work published 1969)

Received : September 25, 2023

Revised : November 15, 2023

Accepted : November 22, 2023